

البحث عن
السعادة

40 طريقة للوصول إلى السعادة

محمود سلامة



البحث عن السعادة

البحث عن السعادة
40 طريقة للوصول إلى السعادة

محمود سلامة
الطبعة الأولى، القاهرة 2017م
غلاف: أحمد فرج
تدقيق لغوي: خالد رجب عواد
رقم الإيداع:2592 /2018
I.S.B.N: 978-977-488-547 -1



دار اكتب للنشر والتوزيع

العنوان: 12 ش عبد الهادي الطحان، من ش الشيخ منصور، المرج الغربية، القاهرة، مصر

هاتف: 01111947957

بريد إلكتروني: daroktob1@yahoo.com

البحث عن السعادة

40 طريقة للوصول إلى السعادة

محمود سلامة



دار اكتب للنشر والتوزيع

إهداء

أمي وأبي: لا أعرف ماذا أقول في حقكما فمهما أتحدث فلن أستطيع أن أصف ما فعلتماه لأصل لما أنا فيه الآن، ربنا يبارك فيكما ويمد عمركما.

٭٭٭

أ/ أحمد خطاب: يمكن أنا مقعدتش مع حضرتك غير مرة لكن أنا اتعلمت من حضرتك حاجات كثيرة أوي، فحضرتك من شددتَ أزري في وقت كنتُ أحتاج فيه من يشدُّ أزري.

٭٭٭

د/ محمود أحمد محمدين: مهما أقل مش هوفيك حقك بارك الله لنا فيك ومدد عمرك كما مددتني بعلمك.

٭٭٭

د/ أمل أبو منه: أشهد الله أني تعلمت منك الكثير والكثير، بارك الله لنا في عمرك كما مددتنا بعلمك.

***

إلى {سالي – سلمى – جنى – دعاء هشام – سلمى سعد}

أم ياسين: فهي من قابلتها بيضاء، فتكحلت، فأربكت قلبي.

***

مقدمة

السعادة.. هي ما نسعى إليه جميعًا، راغبين في تحقيقها مهما يكن الأمر شاقًّا، نسعى للوصول إليها، نقرأ كثيرًا من المؤلَّفات بحثًا عن هذا المعنى الذي يجعل السكينة تتدفق إلى القلب كجريان الماء في الجدول.. نلتحق بالعديد من الدورات بحثًا عن هذا السر الجميل راغبين في تحقيقه، ولكن هل بالفعل نصل للسعادة المطلوبة؟ منا من يصل إلى مسعاه ومنا من يتعثر في العقبات فلا يُكمل طريقه وصولًا للسعادة، ومنا من لا يكل ولا يمل مجتهدًا مُجدًّا في الوصول لتلك المحطة، وحتى نصل لتلك المحطة بسلامٍ يجب أن نمر بما قبلها من محطات، ويجب أن نتفاعل مع هذا الكون العجيب وهذا الكون العجيب يسير وفق قوانين كونية قد حثنا عليها المولى في كثر من آيات الذكر الحكيم بإشارات واضحة..

أو إشارات خفية من خلال قصص القرآن الكريم، ومن تلك القوانين (الصبر، الرضا، العلم، التوكل، العطاء) وغيرها من القوانين التي يجب أن نتعرف إليها، ومن ثم نتفاعل معها لنصل إلى مسعانا، وفي أثناء رحلتنا عبر هذا الكتاب سوف نتعرف إلى تلك القوانين الكونية..

***

القوة الخفية

القوة: هي الدافع الخفي أو الظاهر الذي يساعدنا على تحقيق ما نريد.

والقوة نوعان:

ظاهرة ← عضلية ← وتختلف من شخص إلى آخر.

خفية ← قوة ربانية أودعها فينا الخالق سبحانه وتعالى.

ألم تسمع بصديقنا الذي يمتلك سيارة فارهة 4 x 4 أحدث موديل؟ نجده يتباهى بها وبإمكاناتها، أليس كذلك؟ ويقول لك:

إنها صُنعت في ألمانيا "يا عم دي ألماني".

وصديقنا الآخر الذي يملك سيارة قد أجرتها الطبيعة للأتربة دون مقابل، موديل 1980، على ما أظن أن الوضع مختلف بين السيارتين، وذلك بسبب الموديل وإمكاناته، ونجد صديقنا مالك الـــ 4 x 4

يتباهى كثيرًا بسيارته فما بالك يا صديقي بالإنسان الذي هو من صُنع المولى سبحانه وتعالى وبإمكانات جبارة لا مثيل لها؟!

هيا بنا نُلقِ نظرة سريعة على الإمكانات التي أودعها الخالق في كل منا:

(1) لَقَدْ خَلَقْنَا الْإنسان فِي أَحْسَنِ تَقْوِيم.

(2) وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ.

(3) فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ.

أي أنت الإنسان الأول في هذا الكون، خُلقتَ وقد سخَّر لك كل ما على وجه الكرة الأرضية، خُلقت في أحسن صورة وأحسن هيئة وتقويم، لذيك من الإمكانات ما يجعلك تُحقق ما تريده، فقط عليك الإيمان بقدرتك على هذا الفعل.

هيا بنا عزيزي القارئ نَقُم بعمل مقارنة بسيطة بينك أنت المخلوق الأول لله سبحانه وتعالى وبين (النملة)، وكما يقول أنيس منصور:

"نملة واحدة تستطيع أن تفسد جبلًا كاملًا من السكر"

لو نظرت للنملة وحجمها وشكلها وإمكاناتها مقارنة بك أيها الإنسان لن تجد بابًا للمقارنة نهائيًا، لكن النملة على الرغم من ضعفها فإنها آمنت بقدرتها على إفساد جبل كامل من السكر وفعلت فما بالك أيها الإنسان بإمكاناتك ماذا تستطيع أن تفعل؟

تستطيع أن تفعل الكثير والكثير، فقط آمِن بما لديك من إمكانات وهبها لك رب العزة.

ولعل هذا ما جعل المرأة الأجنبية تنقذ ابنتها الوحيدة من الموت.. حيث يُحكى أن هناك امرأة تسافر وحدها فحدث ثقب في إطار السيارة فكانت تعمل على استبدال عجلة سليمة بالعجلة المثقوبة، فوقعت السيارة على ابنتها، وكانت المرأة في أبسط صورة كعصا المكنسة.. رفيعة للغاية، ولكنها استطاعت رفع السيارة وحدها وذلك لأنها صدقت نفسها.. آمنت بقدراتها.. فسُخِّر الكون لمساعدتها.. وأيقظت قواها الخفية.

#أيقظ_قواك_الخفية

***



الخطوة الأولى

أن توقظ قواك الخفية في سبيل الوصول للسعادة، فكل منا لديه قوة خفية لا تظهر إلا عندما ننفض ما عليها من غبار ناتج عن الأيام .. فقط ايقظ قواك الخفية تجد الوصول للسعادة يسيرًا.



1- التفاؤل

تفاءلوا بالخير تجدوه

التفاؤل: هو النافذة الصغيرة التي مهما تضق الآفاق فإنها تظل تنظر على ما في الحياة من أمل..

*التفاؤل قانون من القوانين الكونية التي يجب أن يتحلى بها كل شخص حتى ننظر للحياة نظرة إيجابية، ونبتعد عن التعاسة، فهنيئًا لمن يتحلى بالتفاؤل الوحيد الذي يتراقص في وجه المشكلات.

ولعل هذا ما برهن عليه ذلك الرجل الذي ماتت زوجته وحاصره اليأس، لكنه لم يتمكن منه تمامًا حيث استطاع صديقنا هذا أن يتراقص مع الحياة مجددًا، فقرر أن يكون الأب والأم والمربي والعامل لأولاده اليتامى، وكان يستيقظ مبكرًا، ويجهز لهم الطعام، ويوصلهم للمدرسة ثم يذهب لعمله، وهكذا تفاعل مع حياته الجديدة..

حتى جاءت الريح بما لا تشتهي السفن، وحدث زلزال في مدرسة أولاده فهبَّ مسرعًا ليجد المدرسة فور وصوله هشمت رأسًا على عقب، ولكنه كان لديه شعوره الذي لم يتخلى عنه قط وهو (التفاؤل)، وظل صامدًا، متماسكًا لم يبرح من مكانه، وقال له الجميع حتى فريق الإنقاذ:

إن كل من تحت الأنقاض قد مات.. لكنه كان لديه ثقة كبيرة بالله لم تنته.

ورحل الجميع، ولم يتبقَّ سواه..حتى منتصف الليل، وظل جالسًا يدعو ربه، ولم ينقطع أمله بالله حتى وجد أصابع صغيرة تنبش في أكوام الحجارة.. فهبَّ من مجلسه ليجدها ابنته فأخرجها، وسألها أين شقيقك؟ فأخفضت رأسها ولم تجد ما تقوله.

ولكن الرجل لم يذهب، ظل واقفًا يقول:

- إني أراه يخرج أيضًا..

حتى خرج الطفل من تحت أكوام الحجارة المتهشمة، وقال له الطفل حرفيًا:

- بابا أنا كنت دائمًا أخرج من المدرسة متأخرًا آخر واحد، فلماذا تريدني أن أكون من أوائل الذين يخرجون هنا؟

ولعل الطفل أراد أن يوصل له رسالة:

#تفاءلوا_بالخير_تجدوه

الخطوة الثانية

اصنع لنفسك نافذة صغيرة، وسمّها نافذة التفاؤل تطل منها على الحياة كلما ضاقت عليك الافاق..

التفاؤل نافذة إن اعتدت على النظر منها رأيت ما في الحياة من سعادة.



2- الرضا

خير .. خير .. إن شاء الله

(الرضا.. باب الله الأعظم، وجنة الدنيا، وبستان العارفين).

ابن تيمية

***

الرضا: قانون من القوانين الكونية التي تُيسر هذا الكون العصيب، وبدونه تختل معادلة التوازن، وقد ظهر لنا في الأحداث الحياتية للكرام والأنبياء والصالحين، ورأينا كيف كان رضاهم جنة للدنيا، فإما الرضا وإما السخط.

والرضا يقلب الدنيا إلى جنة، والسخط، وعدم تقبل الأمر يقلبها إلى حياة نكدة، والرضا يكمن في الاستشعار بوجود حكمة من أي موقف تُصاب به في الحياة الدنيا..

فإن حدث فاعلم أن الله يريده، وتأكّد أن الله قد اختار لك خيرًا، ولعل الرضا قد تمكن من قلب صديقنا الوزير.

يُحكى عبر الزمان بوجود ملك ووزير، وكان هذا الوزير يعمل لدى الملك، وفي ليلة من الليالي كان الملك يُنظف سيفه، فجرح يده، فسخط الملك وغضب غضبًا شديدًا، فقال له وزيره:

- خير ..خير.. إن شاء الله.

فسمع الملك تلك الجملة وكأنه قد وبَّخه ليزداد احمرارًا وجهه، ويشتعل قلبه غُلًّا مع مزيج من عدم الرضا بهذا الموقف.

فأمر حراسه بحبس هذا الوزير، وفي أثناء سير الوزير إلى زنزانته نطق قائلًا:

- خير ..خير.. إن شاء الله.

فهو يعلم أنه ما دام قد حدث أمر ففيه خير ما دام الله أراد له الحدوث.

ومرت الأيام وخرج الملك للغابة في رحلة صيد فتم القبض عليه.. من قِبل عشيرة من آكلي لحوم البشر، وكانوا يبحثون عن شخص يتم تقديمه قُربانًا للآلهة.. فوقع اختيارهم على صاحبنا (الملك)، وكان من الشروط الأساسية ليتم تقديم شخص قربانًا للآلهة أن يكون سليم

الجسد، معافى البدن، فنظروا إلى يده المجروحة، وتأكدوا أنه الشخص غير المناسب لتلك المهمة.. فأطلقوا سراحه.

وصدحت أذناه بكلمات وزيره (خير..خير..إن شاء الله)، فذهب إلى قصره، وأخرج وزيره وقصَّ عليه القصة فقال له:

(عسى أن تكرهوا شيئًا وفيه خيرًا كثيرًا).

***

أي شيء يحدث ليس أمامنا سوى قبوله والتعامل معه بكل رضا.. لأن الله اختاره لنا. فلولا أن يدك قد جُرحت لكنت قُربانًا لآلهتهم، .. ولو لم تقبض عليَّ لكنتُ قربان بدلًا منك.. فكل ما يحدث خير، .. ولتسعد، وهنأ لأنه (لا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا). صدق الله العظيم

(ارضَ لجمال قدره ليُرضيك بجمال حكمته).

***

الخطوة الثالثة

للوصول للسعادة، وهنا يجب إستشعار حالة اليقين، وأقصد باليقين .. إن وقع الشيء فتأكد أن الله أراد له الوقوع،وان كل ما يُقدّره الله فلابد أن يكون خير، وهنا خيط رفيع بين أن تستشعر اليقين لتسعد، وبين عدم إستشعار اليقين فتبتأس..

إرضى بما قسمه الله لك تكن أسعد الناس.. فقط بالرضا تكن أسعد الناس.



3- قانون القرب

إني قريب

(ومن كان له أب لا يحزن فما بالك بمن كان له رب)

الشعراوي

***

جاءت جماعة من الناس لرسول الله (ص) فسألوه:

هل الله قريب فنناجيه، أم هو بعيد فنناديه؟

فترل قوله تعالى:

(وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُواْ لِي وَلْيُؤْمِنُواْ بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ) (186)

إذا ← هي أداة شرط (أي إذا تم السؤال عني).

إني قريب ← فقل لهم يا محمد.

منتظر الداعي ليدعوني فأستجيب لدعائه← أجيب دعوة الداعي إذا دعاني.

(ف) للسرعة والتعقيب فلتجعلهم يستجيبوا لي سريعًا ← فليستجيبوا لي.

ويؤمنوا بي ← وليؤمنوا بي.

هذا هو الطريق الصائب والفلاح ← لعلهم يرشدون.

وأكد الله سبحانه وتعالى قربه لنا نحن بالبشر بالعلم بأحوالنا وليس بالمكان.. فهو يعلم أحوالنا وأمورنا واحتياجاتنا ويطمئنا بقوله:

(إني قريب).

وقال تعالى:

(وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ).

ضمير يعود على الله سبحانه وتعالى ←نحن.

*وحبل الوريد هذا حبل يوجد في باطن العنق وسبحانه وتعالى يريد أن يخبرنا بأنه أقرب إلينا من أقرب عضو لنا وأقرب من دمائنا في شرايينا. فهل لنا أن نحزن؟ وهل لنا أن نغتم ولنا من يدبر لنا كل أمورنا.. حياتنا ..معيشتنا؟

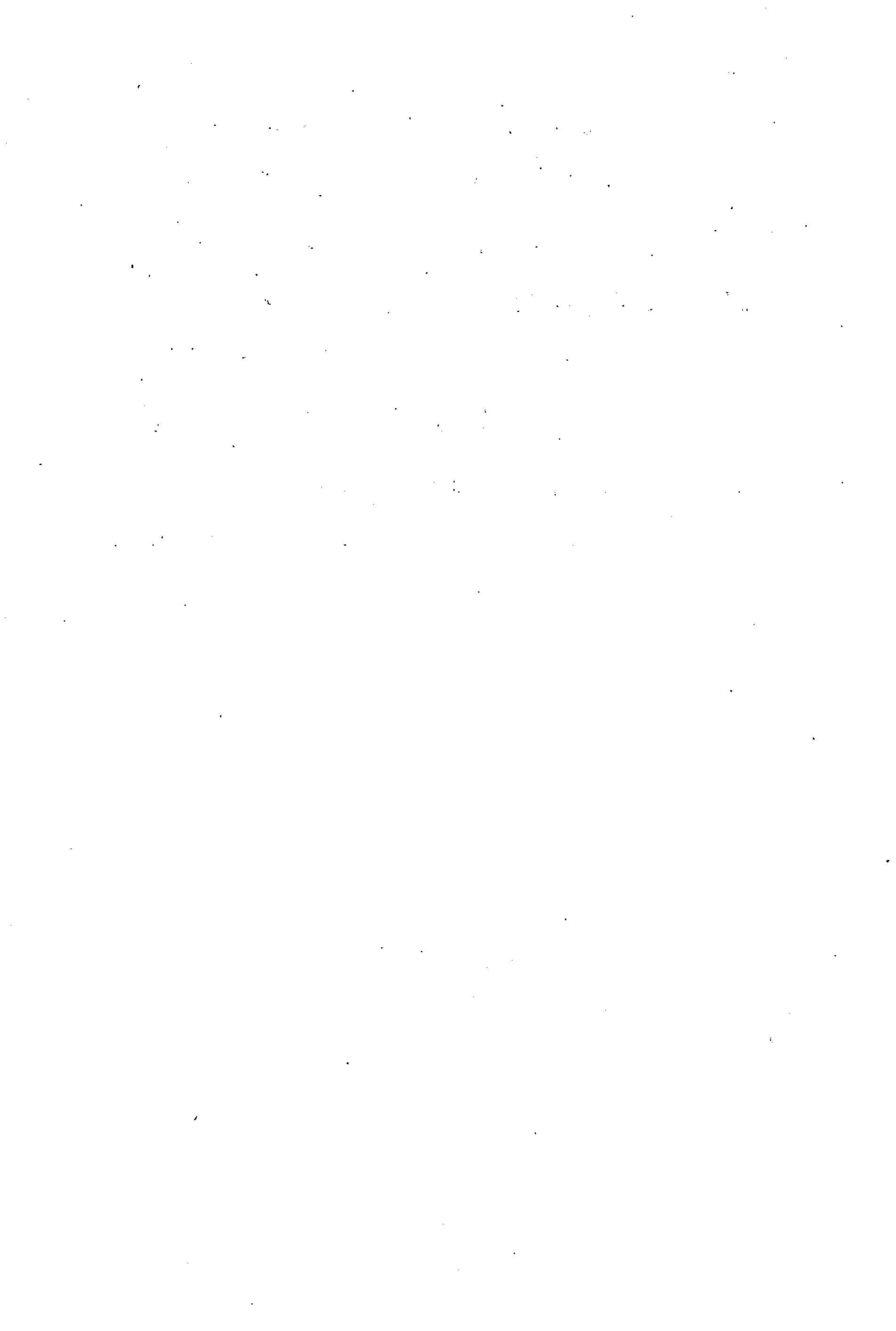
فكيف الحال مع من كان له أب ولا يحزن ويطمئن لوجوده.. فما بالك يا صديقي نحن لنا رب يطمئننا بوجوده وقربه سبحانه وتعالى؟

ولو تمعنت في أدعية الأنبياء في القرآن كله لن تجد أداة نداء واحدة، وأداة النداء توضع قبل الاسم الذي تُناديه وتختلف باختلاف المسافة بين المنادَى والمنادى عليه.

*وهنا السر، بلاغة وهو دلالة على القرب.

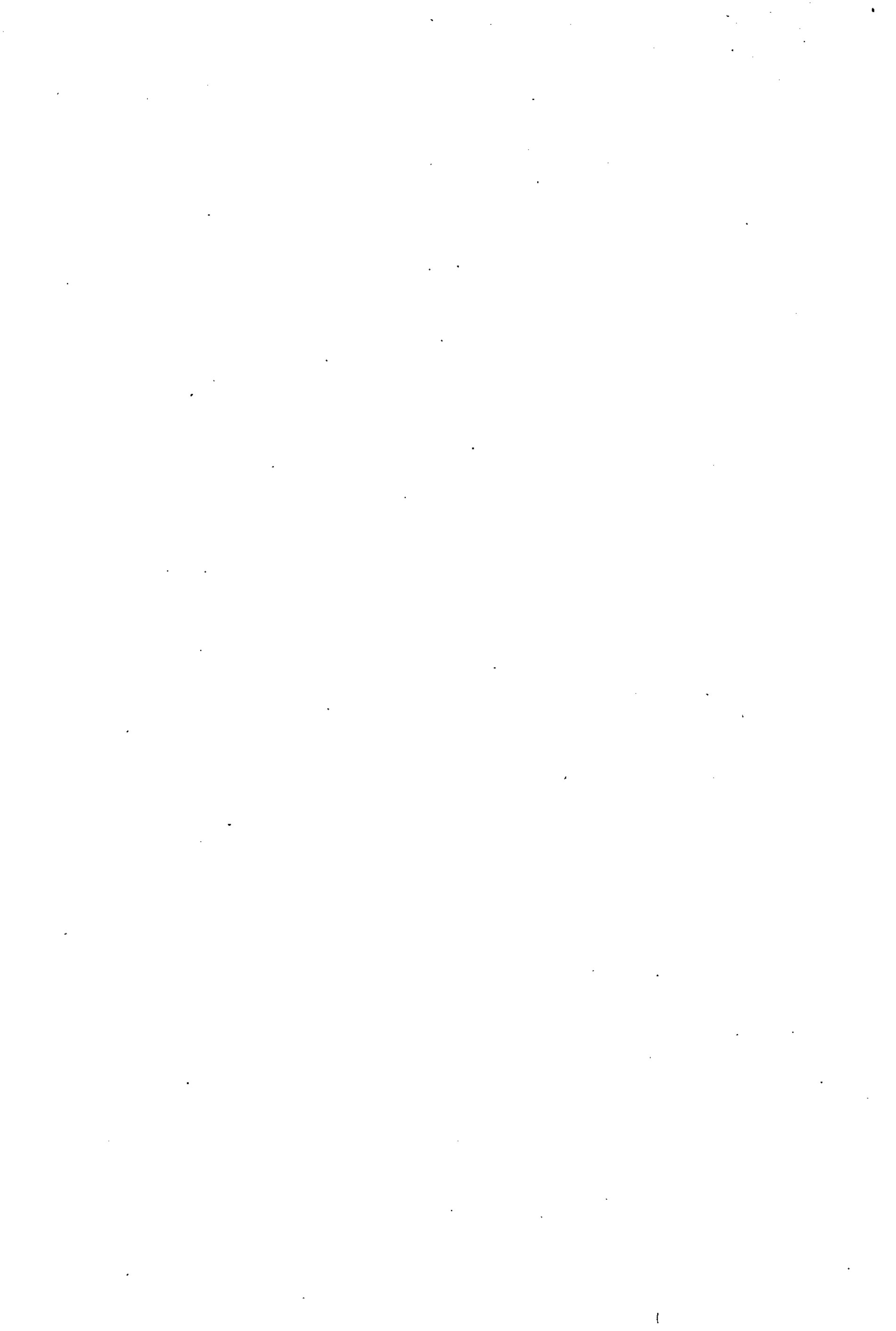
يا صديقي.. فارمِ حُمولك ومتاعبك وادعوه واستجِر بحِماه ودُق أبوابه التي لا تُغلق.. هَنأ، وتسعد.

***



الخطوة الرابعة

السعادة دائمًا في القرب من الله.. القرب شعور محل سكنه داخل القلب، وكما تقتضي الحكمة بأن من له أب لا يحزن فكيف الحال بمن له رب يقول له أني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان..



4- الصبر

من القوانين الأساسية في تلك الحياة، ودونه لن نقوى على الاستمرار.. فهو دواء لكل سقيم، ورداء لكل بصير..

قد نبَّهنا إليه المولى سبحانه وتعالى في كثير من آيات الذكر الحكيم فالصبر هو الحل، ولا يوجد سواه.. لأن ليس بيدك سواه.. فإن صبرت نلتَ المكافأة وما أدراك ما جزاء الصابرين! جزاء غير مقترن بحساب.

والصبر يُضرب به المثل عند سيدنا أيوب..

فلقد كان لديه من الأولاد، والأموال، والممتلكات الكثير والكثير فضاع كل هذا في غمضة عين، وأُصيب بالمرض وابتعد عنه الناس، وعملت زوجته في المنازل.. فلم يكن أمامه سوى الصبر فهو دواء لكل داء..

وظَلَّ سيدنا أيوب على هذا الوضع سنوات طويلة حتى نال المكافأة بصبره القوي وهي:

(إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ) ص:44

وهنا المولى يقول، ويثني على عبد من عباده.. يقول عليه إنه أواب لقوة صبره. فاللهم ارزقنا ذرة من صبر سيدنا أيوب..حتى ننال مكافأته.

(إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ)

ليقول العلماء أن أجر الصابرون دون حساب

وهنا نقف أمام رأيين لعلماء التفسير:

(1) أن جزاءهم دخول الجنة من غير حساب.

(2) أن هؤلاء سوف يجزون جزاء ليس له وزن ولا مكيال ولا حجم.

وقال المولى سبحانه وتعالى أيضًا:

(إِنِّي جَزَيْتُهُمُ الْيَوْمَ بِمَا صَبَرُوا)

فلم يقل بما صلوا، أو بما صاموا، أو بما تصدقوا، فقط قال بما صبروا؛ لأنه يعلم أنها من أشق العبادات على قلب الإنسان.

وأنا يا صديقي لا أطلب منك أن تصبر صبر أيوب، ولكن أطلبُ منك أن تروض نفسك، وتُذكرها بما هو جزاء الصابرين، وماذا قال المولى عن سيدنا أيوب نتيجة صبره، وهو من أهم القوانين الكونية التي يجب أن نتفاعل معها بكل حرص وثبات.

***



الخطوة الخامسة

الصبر، من يبحث عن السعادة لابد له أن يتحلى بالصبر.. على الرغم أن الصبر من أشق العبادات إلا أنها رغم مشقتها فهي خطوة أساسية للوصول الي السعادة، ولتتمعن في قوله "أني جزيتهم اليوم بما صبروا" ويكون الجزاء على قدر الصبر.. فلم يقل الله بما صلوا أو بما تصدقوا بل قال بما صبروا.



5- التوكل

(وعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ)

(122) آل عمران

***

يروي ابن الأثير في كتابه (الكامل في التاريخ) في المجلد الأول في باب ذِكر إبراهيم أنه عندما أُكتشف أمر إبراهيم وأنه لا يعبد تلك الأصنام، وأنه قد تبرَّأ منها اجتمع عليه القوم الظالمون وأمرهم الملك أن يُلقوه بالنار، فجاءت السماوات والأرض وقالتا لله عز وجل إن إبراهيم الوحيد الذي يعبدُك في تلك الأرض سوف يلقونه في النار إذًا لنا فننصره!

وكان الله سبحانه وتعالى يعلم أنه لن يطلب مساعدهما وأنه لن يتوكل سوى على الله الواحد الأحد. فقال لهما الله، لو طلب مساعدة شيء منكما فساعداه.

ثم جاء جبرائيل عليه السلام وعرض على سيدنا إبراهيم المساعدة فقال له سيدنا إبراهيم:

إن كانت منك المساعدة فلا.

(وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفى باللَّهِ وَكِيلا) (81) النساء.

فرفع الظالمون سيدنا إبراهيم إلى أعلى ليقذفوه في النار، فرفع رأسه في السماء فقال:

اللهم إنك إله واحد في السماء وإله واحد في الأرض وحسبي الله ونعم الوكيل، فألقوه.

(إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ)

(159) آل عمران.

وأرسل الله له ملك الظل ليؤنسه في وحدته وجلس بجواره في النار، وأراد الملك أن يتيقن من موت إبراهيم، فبنى صرح أمام النار ليطلع على عملية الحرق.. فلمح إبراهيم يجلس ومعه أحد.

ومن هنا التوكل، فالتوكل هو السلاح الذي يجب أن نتسلح به حتى وإن كانت كل المعطيات ليست في صالحنا:

(وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُه)

في القصة استشعر سيدنا إبراهيم أنه ما دام قد توكّل على الله إذًا فهو المنتصر لا محالة، كذلك كما فعل سيدنا موسى عندما كان البحر خلفه وجنود فرعون أمامه فقال:

(كَلَّا إِنَّ مَعِيَ رَبِّي سَيَهْدِين)

ولذلك عندما تضيق عليك الحياة بما رحبت توكل على الله الذي يدبر لنا الأمر.

***

الخطوة السادسة

التوكل.. هو قوة من اليقين مكانها القلب تنعكس داخليًا ثم تضيء نورها خارجيًا على أفعال الإنسان.. فلو توكلتم على الله حق توكله لرزقكم الله سعادةً لا مد لها.



6- التواضع

يُروى أن إبراهيم بن أدهم جاءه رجل فقال له:

- هل لحيتك أفضل أم ذيل كلبي؟

فقال له إبراهيم بن أدهم:

- إن كانت لحيتي في سوف تدخل الجنة فإنها أفضل من ذنب كلبك، وإن كان ذنب كلبك سيدخل الجنة، ولحيتي ستدخل النار فإن ذنب كلبك أفضل بكثير.

ولنتخيل هذا الموقف: أن فلانًا قال لك هذا القول ماذا سيكون رد فعلك؟

سيكون سيئًا، أليس كذلك؟

فلننظر لرد فعل إبراهيم بن أدهم، هل نَهَرَ الرجل وسبَّه وقذفه؟

لا، ولكن رد عليه بكل تواضُع.

هل قال له: إنني أفضل منك؟

لا.. إطلاقًا فهو يعلم أن الكلام الطيب يصعد لله سبحانه، وتعالى فرد عليه والتواضع يملأ قلبه.

احرص على أن تتسم بتلك الصفة الجميلة التي علمنا إياها سيدنا النبي محمد (ص)، فهي قانون من القوانين الكونية المهمة التي تهدف لتنمية المهارات الخاصة بالتواصل مع الآخرين.

***

الخطوة السابعة

التواضع، على قدر تواضعك تكن محبتك في قلب الآخرين، وتكن محبتك كالمرآة العاكسة التي بقدر ما تُظهر من تواضع تعكس على قلبك سعادة.

7- العطاء

من أهم القوانين الكونية التي يجب أن نتعرف إليها ثم كيفية تفعيلها والتفاعل معها بكل مرونة.

﴿لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ﴾

(البقرة: 177)

عندما عرض الله جوانب الإيمان وأركانه جاء بعدها مباشرة قانون العطاء، وهو الإنفاق مما تملك لمن يستحق وهو لا يملك.

والمهم في هذا القانون هو قُدرتك على أن تهب ما تملك لمن يستحق وهو لا يملك.

والعطاء في تلك الآية ليس عن المال فقط ولكن مفهوم العطاء أوسع من ذلك:

(لِيُنفِقْ ذُو سَعَةٍ مِّن سَعَتِهِ ۖ وَمَن قُدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنفِقْ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ ۚ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا ۚ)

فمن كان يملك مالًا، يجب أن ينفق منه، علمًا بأن الصدقة تطفئ غضب الرب سبحانه وتعالى:

"وَمَا تُنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ"

(60) الأنفال

ومن كان لا يملك مالًا ماذا ينفق؟ ينفق مما أتاه الله سبحانه وتعالى سواء كان علمًا – كلمة طيبة – يبحث بداخله عما لديه لينفق منه ويعطي مما يملكه لمن لا يملكه.

يحكى دكتور أحمد هارون، استشاري الطب النفسي أنه في يوم من الأيام في بداية عمله طبيبًا في أحد المستشفيات، وكان ذا أجر بسيط وسمع تلك الآية في صلاة الفجر:

(لِيُنفِقْ ذُو سَعَةٍ مِّن سَعَتِهِ ۖ وَمَن قُدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنفِقْ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ ۚ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا ۚ)

فتساءل:

وماذا أُنفق؟

وكانت الإجابة:

مما أتاه الله.

فكان يجمع بعض المرضى كل يوم، ويبدأ معهم محاولات جديدة لعلاجهم.. مع العلم أن كل محاولات من سبقوه قد فشلت.

حتى جاءت بعثة من ألمانيا، وجاءت معها دكتورة،وأخذت تشاهد ماذا يفعل مع هؤلاء المرضى.. حتى كافأه الله، ونجح في أن يوصلهم لدرجة من السواء النفسي.

فإذا كنت لا تملك مالًا.. أنفق بما تملك لمن لا يملك ويستحق أن يملك.

***



الخطوة الثامنة

هي العطاء.. هي قدرتك على أن تنفق مما تملك لمن لا يملك، ويستحق أن يملك، وعلى قدر عطائك تكن سعادتك، وكلما زاد عطائك زادت سعادتك، وذلك لأن هناك علاقة قوية فيما بين العطاء، والسعادة .. علاقة ربانية روحية قدّرها الله لتكون سببًا في السعادة والحب والمودّة.



8-الإحسان يسبق أم العدل؟

هل الإحسان يسبق العدل أم العدل يسبق الإحسان؟

أيهما يسبق الآخر؟

فلو العدل، والحق معك،والعرف،والشرع تجعله يسبق الإحسان.. أم يسبقه الإحسان؟

أعلمُ ما تفكر فيه طبعًا، ولكن أريدك ألا تتعجل في إجابتك إلا بعد سماع تلك القصة الجميلة:

يُحكى أنه كان هناك رجل من دمشق قد تزوج امرأة وفي، شهرها الخامس اكتشف أنها حامل، وفي شهرها التاسع ..فأخذ يفكر، والحق والعدل والشرع معه فأي فعل يقوم به يكون معه الحق فيه؟

ولكنه تصرف تصرفًا في غاية الروعة.

وقبل أن أقول لك كيف تصرف دعنا نَروِ جزءًا آخر من تلك القصة..

حيث كان هناك إمام لمسجد (ورد) في (دمشق)، وجاء له الرسول في منامه، وقال له: قل لفلان أنه رفيقي في الجنة، وتعصَّب الشيخ، كيف يأتي الرسول ليبشر شخصًا آخر بتلك الرؤية؟ يا ترى ماذا فعل؟

ذهب الشيخ لصاحب البشرى ليبشره وقال له:

لك عندي بشرى من الرسول أنك سوف تكون رفيقه في الجنة، ولكني لن أبرح مكاني حتى تخبرني ماذا فعلت لتُجزى هكذا.

فحكى له الرجل قصة زوجته، وأنه سترها، وانتظر يوم ميلاد الطفل، وأخذه وقت صلاة الفجر، وانتظر الناس حتى دخلوا لأداء الصلاة، ووضع الطفل أمام باب المسجد، وبعد انتهاء الصلاة خرج الناس، وصاحوا أنه طفل يتيم.. فخرج الرجل ليرى ما في الأمر؛ فقالوا له:

– إنه يتيم.

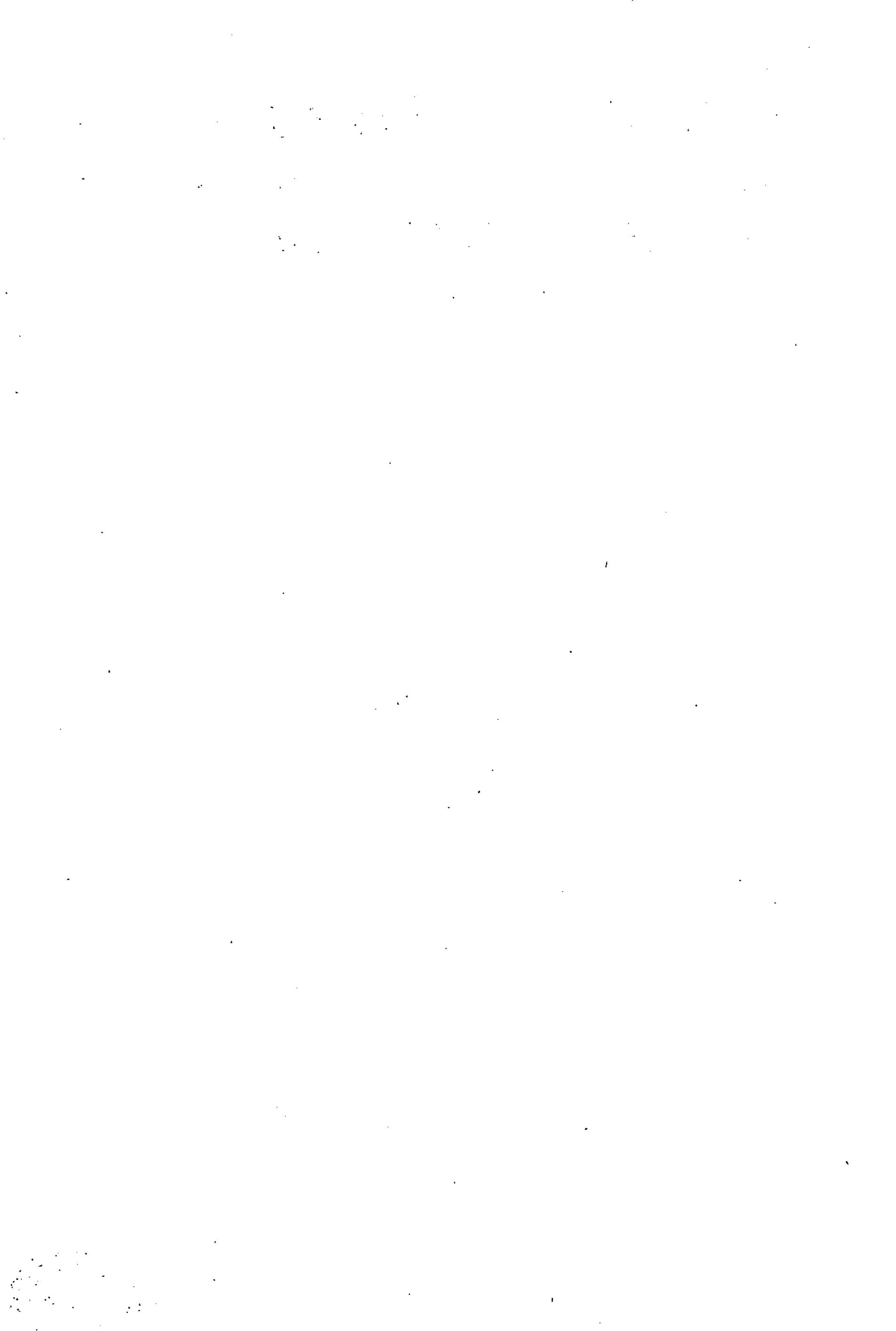
فقال:

– أنا أكفله.

كان الحق، والعدل معه لكنه قدم الإحسان، وفي نهاية المطاف أصبح رفيق النبي في الجنة.

لذلك كل مَن يقابلك بإساءة قابِله بإحسان حتى، ولو كان العدل والحق معك.

***



الخطوة التاسعة

هي الإحسان، ولكن أي إحسان أقصد؟.. أقصد الإحسان الذي يسبق العدل، والعرف، والشرع، فالإحسان سبب في أن تنال محبة الله، وإذا نلت محبة الله تجد السعادة تدق باب.



9- المرونة

(ارضَ بجمال قدره يُرضِك لجمال حكمته)

تيقن من وجود حكمة ربانية في كل ما تم عليه في تلك الحياة، وإن كنت تجهلها فالمولى يعلمُها، كل ما عليك أن تكون مرنًا في التفاعل مع تلك التدابير فلتنظر إلى رقة الشعر مع هبوب هواء شديد لا تقوى على تحمله تراها تميل معه بكل مرونة وبعد انتهاء الهواء تتصلب مكانها فالحياة يا صديقي لا تحب من يقف وجهًا لوجه أمامها، وإنما تحب من يتفاعل معها في اتزان شديد، وبالنسبة لك كإنسان عليك بقبول ما يحدث معك قبول حسن وتوقع الأفضل حتى لا يصيبك الوهم، والوهم قنبلة نفسية تدمر صاحبها بالأسى على حاله.. لتفتته، فقط ارضَ بجمال قدرة يُرضك بجمال حكمته.

ولعل هذا ما فعلته أم سيدنا (موسى) فقد أمرها الله بأن تُلقي ابنها في البحر:

﴿أَنِ اقْذِفِيهِ فِي التَّابُوتِ فَاقْذِفِيهِ فِي الْيَمِّ فَلْيُلْقِهِ الْيَمُّ بِالسَّاحِلِ يَأْخُذْهُ عَدُوٌّ لِي وَعَدُوٌّ لَهُ ۚ وَأَلْقَيْتُ عَلَيْكَ مَحَبَّةً مِّنِّي وَلِتُصْنَعَ عَلَىٰ عَيْنِي﴾

طه (39)

فما كان أمامها سوى الاستجابة لأمر ربها، والرضاء بقدره حتى أرضاها بجمال حكمته.. فهي إن لم تفعل ذلك، ونظرت له نظرة سلبية لفتك بقلبها اليأس.. لكنها تفاعلت معه بكل مرونة بكل رضا.. فكافأها الله:

﴿فَرَجَعْنَاكَ إِلَىٰ أُمِّكَ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ ۚ﴾

وكانت الحكمة :

﴿وَاصْطَنَعْتُكَ لِنَفْسِي﴾

طه (41)

تعامل مع كل ما تم به برضا، وحكمة، وتوقّع الخير تجده، فالمرونة يا صديقي هي فن التغلب على مآسي الحياة واختباراتها.

فلنتعامل بها.. فلولا مرونتها لكانت رفضت خوفًا على ابنها، ولكن لم يكن أمامها سوى الاستجابة لأمر ربها..فكافأها لأنه يعلم بأن الأسى سيتمكن منها.

فإن قابلتك المآسي.. رحب بها بكل صدرًا رحب وقل:

عسى ربي أن يبدلني ويرضيني.

الخطوة العاشرة

هي المرونة، وأقصد بالمرونة هنا أن تكن كعود الشجر الأخضر هزيل الجسد يهب الهواء ليجده ليّنًا، ثم يعود كما كان شامخ الرأس.. فلا بأس من أن تكن كعود الشجر تميل مع الأيام، وبعد مرورها.. تهب واقفًا.



10- التكبُّر والتقوى

يروي لنا ابن الأثير في كتابه (الكامل في التاريخ) في باب ذكر سيدنا آدم.. قصته مع إبليس:

"عزازيل" كان يُدعى عزازيل وكان له مُلك السماوات والأرض، وكان هو وقبيلته لهم خزانة الجنة، وكانُ إبليس يظن أنه أوتي من العلم ما لم يؤتَ لأحدٍ من قبل وكان يخفي هذا في قلبه.. ثم بعد أن حدثت مذبحة الجن على الأرض أرسل الله جيشًا بقيادة إبليس ليحاربهم فانتصر عليهم، وكان يظن أنه بذلك فعل ما لم يستطع أحدٌ فعله من قبل، فكان الله يعلم ما يخفيه إبليس في صدره.. حتى أراد أن يخلق آدم ويجعله خليفة في الأرض فسأل الملائكة:

هل سوف تسجدون له حينما أخلقه وأنفخ فيه من روحي؟

فوافقوا جميعًا.. إلا إبليس أبى أن يكون من الساجدين والذي منعه هو التكبر الذي ملأ صدره وظن أنه أحسن من آدم فقط لكونه قد خُلق من نار وآدم خُلق من طين التكبر هو الذي منعه، وبذلك فقد ما منحه إياه الله سبحانه وتعالى مع أن تلك هي نبتة صغيرة في القلب لا يعلمها سوى الله ولكنها مذمومة (التكبر) لا يحبها الله في عباده، إنما يحب منهم التواضع والتقوى والإحسان، وهي كلها صفات مرتبطة بذاته العليا سبحانه وتعالى.

(التكبر) قانون من القوانين الكونية التي اخترعها البشر فيما بينهم، مع أنها ليس لها وجود إلا في القلوب، ولكن الله لا يحبها لأنها تفسد على القلوب صلاحها.

﴿يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُون إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ﴾

وتلك هي التقوى.

فلله صفات جلال مثل القوة- الجبار، وصفات جمال مثل الكريم، الحليم والقصد من التقوى أن تجعل بينك وبين الله وقاية من صفات الجلال.

وصدق ابن عمر عندما وصف التقوى فقال:

(ألّا تظن أنك خيرٌ من فلان).

وإبليس ظن أنه أفضل من آدم فانعدمت من قلبه التقوى وامتلأ صدره بالتكبر، وحتى تبتعد عن التكتبر ازرع مكانه التقوى واسقهِ باستمرار:

﴿ذَٰلِكَ وَمَن يُعَظِّمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِن تَقْوَى الْقُلُوبِ﴾

الحج (32)

والفوز هو جزاء المتقين:

(وَمَن يُطِعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَيَخْشَ اللَّهَ وَيَتَّقْهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْفَائِزُونَ)

النور (52)

ذات يوم تحدّث الناس مع سيدنا النبي (ص) عن فلان أنه وَرِعٌ، وتَقيٌّ فلم يعرفه، فلما رأوه أخبروا عنه النبي فقال:

بل والله إنه عليه مسحة شيطانية.

فجاء له الرسول، وقال:

(فبالله عليك ألم تحدثك نفسك أنك أفضل من فلان)

قال:

بلى، فالتقوى يا أصدقائي هي النجاة من كل ضيق كما يذكر حسان شمس باشا أنه لو انطبقت السماوات والأرض لانشقت الأرض وبنى فيها نفقًا ليخرج المتقون.

(ومن يتق الله يجعل له مخرجًا ويرزقه من حيث لا يحتسب).



الخطوة الحادية عشرة

خيطٌ رفيعٌ بين التكبّر، والتقوى، خيطٌ محل سكنه القلب، لا يُرى بالعين المجرّدة، إنما هو شعور لا يعلمه سوى الله.. فإن حافظت على قلبك كنت تقيًّا، وإن كانت التقوى.. كانت النتيجة الرزق دون الحساب، والمخرج وقت الصعاب، فتكون السعادة في ظلك دائمًا كحال الشمس مع السحاب.



11- تسخير الظروف

(كن كالماء، فإن وضعته في إبريق، كان إبريق ماء، وإن وضعته في كوب أصبح كوب ماء)

بروسلي

***

صحيح أنك لا تستطيع أن تتحكم في الظروف ولكنك تستطيع تسخيرها لخدمتك مهما تكن.

نجد شخصًا مثل الإمام (الشافعي) كان فقيرًا وظروفه المادية لا تسمح له بشراء الأقلام والحبر والورق، فلم ييأس ولم يقُل ظروفي لن تسمح لي بالتعلُّم، فكان يجمع العظام والخشب والورق من القمامة ليكتب عليها، ويكتب على يديه حتى أصبح الإمام العارف، لم

يتحجج بظروف ولكنه سخرها لخدمته، فعليك بتسخير ظروفك لخدمتك.

فالماء تتغير ظروفه ويبقى ماء

يكون كوب ماء ← وضع في كوب.

يكون إبريق ماء← وضع في إبريق.

يكون كأس ماء ← وضع في كأس.

كن كالماء يتحكم في الظروف مهما تتغير.

***

الخطوة الثانية عشرة

تسخير الظروف.. كن كالشافعي سخّر ظروفه كالماء كان سواء في الإبريق كان أو حتى إن لم يكن فهو في النهاية ماء مهما كانت الظروف.



12- تقديم المشيئة

﴿وَلَا تَقُولَنَّ لِشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَلِكَ غَدا إِلَّا أَن يَشَاءَ اللَّهُ﴾

أنت تريد..وأنا أريد ..والله يفعلُ ما يريد..

إن قانون تقديم المشيئة من القوانين الكونية المهمة التي تدل على وحدانية الله سبحانه وتعالى وأنه هو المتحكم الواحد في كوننا هذا، مع العلم أن هذا القانون لصالح الإنسان وليس ضده وذلك من خلال الآتي:

يُروى أن جماعة قد جاءت للرسول (ص) وسألوه عن أهل الكهف ووعدهم بالإجابة غدًا أملًا أن يترل عليه الوحي ..لكن الوحي لم يترل إلا بعد مُضي (12) يومًا..

حتى قال له المولى:

﴿وَلَا تَقُولَنَّ لِشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَلِكَ غَدا إِلَّا أَن يَشَاءَ اللَّهُ﴾

وهنا لو تمعنت يا صديقي لرأيت أن هذا القانون لمصلحة الإنسان، فمثلًا لو قلت إنك سوف تزور صديق لك غدًا، ولم تقم بزيارته فيأتي التساؤل، والأمر يكون أنك قد قلت، ولم تنفذ، لكنك لو سبقت كلماتك إن شاء الله، أي عندما يريد الله للأمر أن يحدث فإنه يحدث حينئذ لا يكون عليك ملامة إن لم يحدث لأن الله لم يرد له الحدوث.

ومن هنا يا صديقي يجب أن تقدم المشيئة في كل وقت.

***

الخطوة الثالثة عشرة

دائمًا قُل إن شاء الله، وإن كان.. كـان لأن الله قـد أخـرج الأمـر مـن بين الكاف، والنون، وإن لم يحدث فتأكّد أنه سيحين وقـت الحـدوث فقط لانك قدمت المشيئة.

13- الثقة بالله

يُحكى أن الزبير بن العوام في معركة من المعارك شعر بأنه سيموت، فنادى ابنه عبد الله بن الزبير وقال له:

– أشعر بأني سأموت اليوم، ولكني مَدينٌ بدين.

فقال له:

– كم دينك يا أبي؟

فقال:

– ألفي ألفي درهم.

فقال له:

– ولكنك لم تترك لنا مالًا كل ما تركته لنا هو أراضٍ، وليس لدي خبرة في البيع والشراء.

فقال له:

- حاول يا عبد الله، وإن فشلت قُم الليل، فتوضأ في جوف الليل، وصلى وقل:

(يا رب الزبير أقسمتُ عليك أن تسد دين الزبير).

فحاول عبد الله بعد وفاة والده أن يسد دينه، ويبيع من أراضيه ولكنه فشل.. فتوضأ في جوف الليل، وصلّى وقال:

(يا رب الزبير أقسمتُ عليك أن تسد دين الزبير).

فمرت ثلاث ليالٍ سويًّا، وجاء له رجل فاشترى كل الأراضي بـ 2.5 مليون درهم، وسد ما عليه من ديون.

ومن هنا الثقة بالله هي شيء لا بد من استشعارها مهما يطل الأمر وصعب وشق على الأنفس.

ألم يقل الله لسيدنا زكريا:

(قَالَ كَذَٰلِكَ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَيَّ هَيِّنٌ)

عندما قال سيدنا زكريا بعدما بُشر بالغلام:

(قال رب أني يكون لي غلام وكانت امرأتي عاقرًا وقد بلغت من الكبر عتيا)

توكل على الله الحي الذي لا يموت واطلب وادعُه يستجِب لك.
فالثقة في الله أهم القوانين التي تُحرِّك الكون مهما تكن المعطيات في غير صالحنا.. مهما تكن العقول لا تصدق.. تحلَّ بها وثق بالذي يحيي العظام وهي رميم.

***

الخطوة الرابعة عشرة

ثق في الله مهما كانت المعطيات ضدك، فثقتك في الله هي طريقك للسعادة، وإن كانت همومك وراءك كجيش فرعون وراء سيدنا موسي، لا تستسلم وقُل كلا إني معي ربي سيهدين..

14- الثقة بالنفس

هي الركون للنفس، واستشعار القوة الداخلية التي تؤهلك للقيام بكل شيء أردتَ فعله.

في يوم من الأيام أراد محمد الفاتح الذي تنبأ به الرسول صلى الله عليه وسلم، فقال فيما معنى الحديث:

(لتفتحن القسطنطينية نعم الأمير أميرها ونعم الجيش جيشها).

وبعد محاولات من الصحابة لنيل هذا الشرف العظيم سنوات طويلة محاصرين أسوارها فلم يستطيعوا فتحها حتى جاء محمد الفاتح، وكانت كل المعطيات تشير إلى عدم القدرة، ولكن ثقته بنفسه حققت له أمنية، وحركت معه كل القوى ليحقق ما يصبوا إليه، فنقل السفن والمراكب من الصحراء من الممرات الجبلية ولم ينقلها عبر الماء..

ثقته بنفسه كانت هي المفتاح الذي كان يملكه فاستخدمه ليفتح باب النجاح، وهو أيضًا المفتاح الذي كان مع كل من حُفر اسمهم عبر التاريخ.

لذلك يا أصدقائي استخدموا هذا المفتاح للعبور، فمحمد الفاتح إنسان، لا يزيد ولا ينقص شيئًا، إنما وثق بنفسه وإمكاناته، وسعى لتحقيق المستحيل.

***

الخطوة الخامسة عشرة ..

من يبحث عن السعادة لابد له أن يجعل السعادة عادة بإستشعاره القوة الداخلية لديه..

ثق في نفسك تأتيك السعادة مُرغمة ..

15- الكلمة

يفنى الجسد، ولا يبقى سوى السيرة إما تكون عطرة، وإما سيئة.

وتأكد أن الكلام يحدد ما سوف تؤول إليه علاقتك، وسيرتك من بعد موتك..

فكن شديد الحرص على انتقاء الكلام الذي يخرج من فمك.. قبل أن تُصيب به غيرك، فالكلام سهم إما تصيب به رأس من تتكلم معه وإما أن تأسر قلبه، وعليك الاختيار ما بين إصابة رأس غيرك.. أو أن تأسر قلبه.

هيا بنا نجول بخاطرنا بعضًا من الوقت بعين التحليل والاستماع والاستنباط.. لنرى أثر ذلك ..

تزوجت (سلمى) بـ(محمد) بعد قصة حب جميلة، وبمرور الأيام كان (محمد) يسكن مع (أمه)، وكانت (أمه) لا تتقبل (سلمى) مطلقًا؛

-حيث كانت تنظر لها وكأنها قد خطفت ابنها منها؛ لكونه ابنها الوحيد؛ ومن ثم ساءت العلاقة فيما بينهما، وبدأت (الزوجة)، و(الأم) تفتعلان المشكلات فيما بينها، وكلٌ منهما على حدة كانت تشكو (لمحمد).. حتى أن (محمدًا) ملّ من الجلوس بالمنزل، وبدأ يصاحب العاطلين والفارغين على المقاهي.

حتى جاءت صديقة (سلمى) التي تُسمى (إسراء) لزيارتها، وفي أثناء حديثهما أوضحت (سلمى) لصديقتها مدى البؤس الذي تعيشه في بيت حماتها؛ ولذلك أرادت (سلمى) قتل (حماتها) وطلبت من صديقتها المساعدة.. لكن صديقتها في بداية الأمر رفضت.. حتى وافقت، ولكن بشرط..أن تُحسني علاقتك بحماتك على قدر الإمكان حتى تأمن لك وتسمح لك بإعداد الطعام، وحينئذ يتسنى لك وضع السم في طعامها دون شعورها، وتنجح مهمتك.

بدأت (سلمى) تنفذ الخطة على أكمل وجه، تُكثر من الكلام المعسول، وحسن المعاملة، وكانت تضع قطرات السم في طعامها..

وبعدما تحسّنت العلاقة ندمت (سلمى) على ما أضمرته من سوء نية تجاه (حماتها)، وأرادت أن تتوقف عن وضع السم، وتشتري مضادًّا لمفعوله.. فطلبت من صديقتها المساعدة.. فقالت لها كلامك الطيب هو الجرعة المضادة التي تُغير القلوب والعلاقات، وأما ما أعطيتُك إياه هو قطرات ماء.. فكلامك الطيب هو العلاج لكل شيء.

أعرف ما تشعر به عزيزي القاريء فأنا لا أطلب منك أن تكون في مدينة أفلاطون الفاضلة، وأعلم ما يدور في ذهنك أن الطرف الآخر هو الذي يبدأ بسوء العلاقة ولكن عليك أنت بالكلام الطيب:

(من شجرة واحدة تصنع ألف عود كبريت، ومن عود كبريت واحد تحرق ألف شجرة).

كذلك الحال بالنسبة للكلام:

(من كلمة واحدة تكوّن آلاف روابط الصداقة،ومن كلمة واحدة تخسر ألف صديق).

وتذكّر:

(إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ)

فاطر (10)

وتذكّر أيضًا قوله تعالى:

(أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاء تُؤْتِي أُكُلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا وَيَضْرِبُ اللّهُ الأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ)

ويضرب لنا سيدنا (عمر بن الخطاب) رضي الله عنه وأرضاه مثلًا رائعًا في انتقاء كلماته قبل خروجها من فمه الكريم عندما دخل على جماعة يشعلون نارًا فلم يحب أن يناديهم بأهل النار، وناداهم (بأهل الضوء).



الخطوة السادسة عشرة

حُسن إنتقاء الكلمة، كُن لاعبًا ينتقي كلماته، تُحرز من الأهداف الكثير، والكثير..

وبقدر مهاراتك في إنتقاء الكلمات تجد سعادتك في عيون اللاعبين على أرض الحياة..



16- الكلامُ بضاعة الحاقدين

"إن لم تجد لك حاقدًا، فاعلم أنك إنسان فاشل"

الشعراوي

***

الناس إن وجدوا شيئًا جميلًا قالوا: هذا جميل.. وإذا وجدوا شيئًا لا يعجبهم تكلموا أيضًا.. في كلتا الحالتين يتكلمون، وعليك ألا تهتم بما يقولونه، واعلم أن بضاعة الحاقدين هي كلامهم عليك، ويجب عليك يا صديقي ألا تلتفت لما يقولونه.. لأن هدفهم الرئيسي من الكلام؛ هو أن يجعلوك تلتفت عن هدفك فيتشتت تركيزك، وتقل طاقتك.

خذ عباراقم كوقود حيوي يُعينك على تحقيق ما تريده من أهداف.

وها هي الغزالة ضعف سرعة الأسد حوالي 3 مرات، ولكنها الفريسة الأسهل على الإطلاق؛وذلك لأنها تلتفت عن هدفها الرئيسي ألا وهو (الهروب) فيصطادها بسهولة.

لذلك عزيزي القاريء نصيحتي لك:

اترك من يتكلم.. يتكلم، وامضي في طريقك ساعيًا، وتأكّد أن الله سينصرك عليهم، حيث كان سيدنا (موسى) شديد الحياء، ولا يحب خلع ملابسه أمام أحد فتكلموا عنه عن أنه به أذى، ولم يبالِ لهم حتى برّأه الله..

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ آذَوْا مُوسَىٰ فَبَرَّأَهُ اللَّهُ مِمَّا قَالُوا ۚ وَكَانَ عِندَ اللَّهِ وَجِيهًا)

وفعل الناس مع الرسل أكثر وأكثر:

﴿وَإِن تُكَذِّبُوا فَقَدْ كَذَّبَ أُمَمٌ مِّن قَبْلِكُمْ)

ولم يلتفتوا عن رسالتهم بل سعوا ليحققوا ما بُعثوا من أجله.

***

الخطوة السابعة عشرة

لا تهتم بما يقول الآخرين.. فهم يتكلّمون بينما أنت تصنع مجدًا.. سيجعلهم فيما بعد يلتزمون الصمت، وقت ما تكون قد حققت ما كانوا يقولون أنه لن يكن..

فقط امضي في طريقك، وقل لهم:

كان الذي قلتم أنه لن يكون.



17- العلمُ خيرُ دُعامة

(وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ)

الإسراء (136)

***

في مجلس من مجالس الإمام مالك الذي تتلّمذ على يد أكثر من تسعمائة شيخ.. جاء له رجل من بلاد ما وراء النهر ليسأله في موضوع ما، ولم يستطع الإمام مالك الإجابة وقال له صراحة:

– لا أعلم.

فقال الرجل:

– جئتك من ما وراء النهر لتقول: إنك لا تعرف، أأخبر من ورائي أنك لا تعرف؟

فقال له الإمام:

– أخبر من وراءك أن مالك لا يعرف.

ومن هنا وعلى الرغم من غزارة المادة العلمية للإمام مالك فإن هناك أمورًا لم يُحط بها علمًا، ولم يتكبر على أن يظهر بمظهر الجاهل في بعضًا من الأمور؛ لذلك عندما تتحدّث تحدّث، والعلم دعامة لحديثك وإن كان العلم ينقصك فلا تتحدث مطلقًا.. فالكلام والعلم دعامة لبعضهما البعض.

***

الخطوة الثامنة عشرة

لا تقل ما ليس لك به علم، كُن صادق النفس متعلمًا.. كُن دائمًا مُتكلّمًا، والعلم دُعامةً لحديثك، يؤتيك الله من فضله ما لم تتوقّع أن تحوزه.



18- خالِف هواك

"آفة الرأي الهوى"

ابن المبارك

***

الهوى هو الرأي السلبي الذي يسكن بداخل كل فرد على قيد الحياة.. فمثلًا لو كان وراءك بعض الواجبات الدراسية فهناك صوت في العقل الباطن يوقظك لتقوم بأداء تلك الواجبات، وهناك صوت آخر يقول لك:

نِم الآن واستيقظ بعد قليل لتقوم بتلك الواجبات.

كذلك من اعتاد صلاة الفجر، إما أن يستيقظ على الأذان أو بعده مباشرة، فتجد هناك صوتًا داخليًا يقول لك: "لا نَم واصحَ على الإقامة".

لتنجح في حياتك خالف هواك الصوت السلبي الذي يحارب نجاحك، عدوك اللدود.. الذي يضلك عن السبيل وتذكَّر قوله تعالى:

(وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَتَرْدَىٰ)

طه (16)

ومن ذلك من يتبع بهواه يهوي به لحفرة سحيقة ويكون مصيره التردي قال تعالى:

(وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ ۚ)

وقد جعل المولى سبحانه، وتعالى مخالفة الهوى سبب إذا توافر لديك.. تحدث نتيجة.. من قوله:

"وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّه"

النازعات (40)

"وَنَهي النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى"

(40)

"فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى"

(41)

سوف تكون الجنة المأوى والنتيجة لمن نهى، وخالف هواه وأما من اتبعه يكون مصيره التردي..

(وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَتَرْدَى)

طه (16)

واعلم أن من أعظم أنواع الجهاد كما قال (الحسن البصري):

(جاهد نفسك وهواك)

#خالف_هواك

***

الخطوة التاسعة عشرة

قال لي مُعلّمي منذُ زمنٍ بعيد:

-- يا بُني أتبحث عن السعادة؟.

قُلت له:

-- نعم ياسيدي.

فقال:

-- آفةُ الرأي الهوى، وبقدر مخالفتك لهواك تكن سعادتك..

خالف هواك تكن أسعد الناس..

19- قانون الأنا..

"كل ما يوضع بعد الأنا يصبح حقيقة في عقولنا"

احذر مما تضيفه بعد الأنا.. لأن كل ما تضيفه بعد الأنا يصبح حقيقة في عقولنا؛ وذلك ببساطة لأن كل ما يضاف ويكرر أكثر من مرة يكون حقيقة تظهر في مشاعرنا وأحاسيسنا، ومن ثم تظهر في سلوكنا؛ لذلك انتقِ الإيجابي لتفعله بعد الأنا، ولا تضع كلمات سلبية بعدها، وتأكد أن العقل الباطن لا يفرق بين الشيء الحقيقي وغير الحقيقي فكل ما يُضاف له يصدقه ويظهر في أفعاله وبداية الأمر يكون تصور لموقف معين:

← تخيل ← اعتقاد ← سلوك

على سبيل المثال لو جاء لك خبر أنك نجحت يبدأ إدراكك بتسجيل هذا في عقلك الباطن.

والأمر بداية كان تصور أنك نجحت ثم تخيلت الموضوع ← ثم أصبح اعتقادًا حقيقيًّا ← ثم خرج السلوك منك على حسب خبراتك المسجلة أيضًا في عقلك الباطن.

***

الخطوة العشرون

أيها الباحث عن السعادة.. ضع هذا في قلبك قبل أذنيك.. ضف كل ما تُريد بعد كلمة أنا.. تُصبح حقيقة في عقلك، وعقولنا ..



19- التقليد الأعمى

معلش

أصبح الشباب يقلدون دون دراية بما يقلدونه.. فهم يقلدون فقط لأن فلانًا المشهور قد فعل حتى دون السؤال عن أصل ما يفعلون ..

وهذا هو ما يجعلنا نكتسب سلوكيات غير سوية ونحن لا ندري.. من ثم عندما نخطئ بعد ذلك التقليد نقول: (معلش) وكأنه أصبح قانونًا سائدًا، والغريب أن تلك الكلمة أصبحت على أفواه الكثيرين محاكاة للتردي والفشل.

والغريب أيضًا أن تلك الكلمة من زمن الملك فاروق وهي منتشرة داخل مصر لدرجة أنه كان هناك رجل فرنسي الجنسية يعيش في أرض مصر فألّف كتاب (ثقافة شعب معلش) بعد أن أدرك أنها سياسية من قديم الأزل.

ثم تطور الحال للمحاكاة العمياء دون السؤال عن أصل ما نحاكيه، وحذرنا ربنا سبحانه وتعالى من التقليد الأعمى في كثير من آيات الذكر الحكيم ومنها على سبيل المثال:

(إِذْ قَالَ لِأَبِيهِ وَقَوْمِهِ مَا هَذِهِ التَّمَاثِيلُ الَّتِي أَنْتُمْ لَهَا عَاكِفُونَ)

(52)

وهنا سيدنا إبراهيم يسأل قومه عن تلك التماثيل التي يعبدونها وكانت إجابتهم:

(قَالُوا وَجَدْنَا آبَاءَنَا لَهَا عَابِدِينَ)

الأنبياء (53)

وهنا تأتي مسألة عبوديتهم لها بأنهم كل ما في الحكاية وجدوا آباءهم يعبدونها فعبدوها هم أيضًا..مقلدين دون البحث عما وراءها، وهذا لا يصح نهائيًا.

كذلك الحال مع وقتنا هذا، فكان هناك زوجان قد اعتادا تقديم المساعدة لبعضهما البعض في الأعمال المنزلية.. فكانت الزوجة تعدُّ (السمك) على الغذاء، وجاء الزوج ليساعدها بعد انقضاء يومه العملي ووجد منها أنه تقطع (ذيل السمكة) فتساءل عن السبب فلم تعرف الإجابة، قالت له: والدتي هي من علمتني، فاتصل بوالدها

وسألها وقالت أيضًا: إنها لا تعرف فهي تعلمت تلك الطريقة من والدهما..

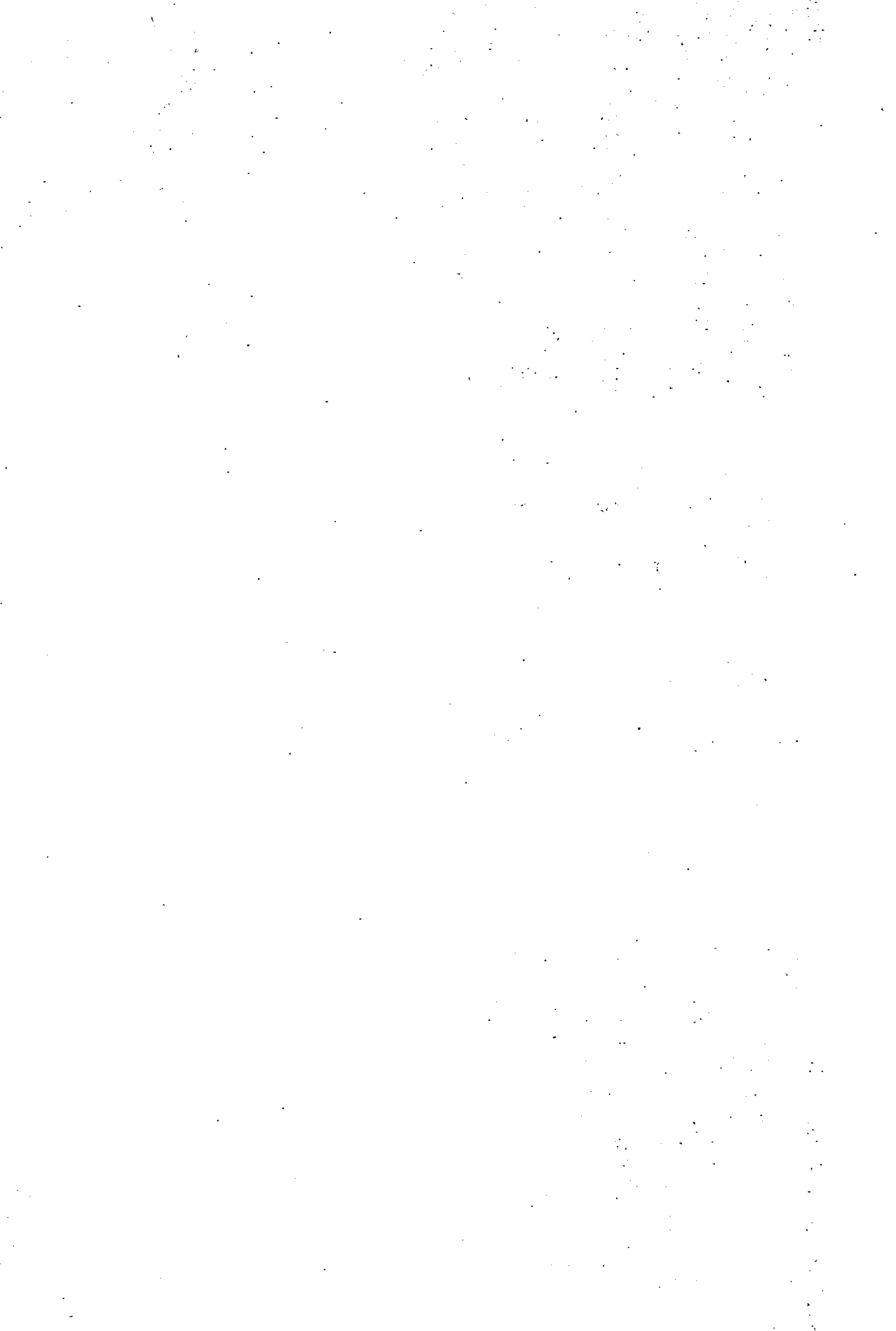
فاتصل بوالدهما وسألها.

فقالت له:

– إحنا بنعمل كده على أيامنا عشان المقلاة صغيرة ومساحتها لن تكفي سمكة بذيلها.

ومن هنا وجدنا الأجيال تورث الأفكار، والمعتقدات دون بحث عن أصل لفعلٍ، وهذا لا يصح لنا أن نبحث ونتعلم ولا نكتفي بالتقليد إن كنا أردنا حياة سعيدة وقوية.

***



الخطوة الحادية والعشرون

لا تُقلّد لأن فلان يفعل كذا، وكذا.. بل افعل ما تقتنع به حق القناعة، وما تجد فيه نفسك.. فلو وجدت نفسك تجد السعادة، وإن لم تجد نفسك لن تجد أبدًا السعادة..



20- الظن

يروي السلطان مراد الثاني في مذكراته:

" ذات يوم شعر السلطان مراد الثاني بضيق وعدم قدرة على النوم، فنادى قائد حُراسه وطلب منه أن يذهبوا للسير في الشوارع الفسيحة، ليستنشق نسمات الهواء الرطبة وفي أثناء سيرهم في أحد الشوارع وجدوا رجلًا ميتًا ولا يقترب منه أحد، فسألوا عنه فقال لهم الناس:

إنه شارب للخمر وزانٍ.

فحملوا الرجل لبيته بعد أن علموا عنوانه، وقالوا لزوجته هل تعلمين من أين أتينا به فقد كان ميت، ولا يقترب منه أحد لأنه كذا، وكذا؟

فقالت لهم:

إنه يعمل، ويكسب المال، ويذهب، ويشتري برميل الخمر فيسكبه ثم يذهب لفتيات الليل، ويعطيهن أجورهن فلا يعملن ذلك اليوم، وقد جاءها رسول الله (ص) وقال لها:

إنه سوف يُنصف بواسطة أمير المؤمنين.

ومن هنا (الظن) في عباد الله..

من يعطيك الحق لتظن.. اترك العباد لرب العباد، ولا تَخُضْ في أعراض العباد وحياتهم.

(إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ)

(اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ)

وكما قال على بن أبي طالب:

العاقل إذا سكت فكر

وإذا نطق ذكر

وإذا نظر اعتبر.

***

الخطوة الثانية والعشرون

فقط اترك العباد لرب العباد، ولا تنطق إلاّ بالحكمة، ولا تنظر إلاّ للعبرة، فالصمت أحيانًا يكون سيد الدعاة.



21- التفكير

" من المحتمل ألَّا تستطيع التحكم في الظروف، ولكنك تستطيع أن تتحكم في أفكارك"

إبراهيم الفقي

***

لقد خلقنا الله سبحانه وتعالى، وأودع فينا العقل؛ لنسعى ونفكر ونفهم ونتفكر في خلق السماوات والأرض، فالعقل هو العضو الذي يميزنا عن باقي الكائنات فهي أيضًا بها عقل، ولكنه محدود على قدر عملها المحدد، ولكن لعقلك البشرى قدرة كبيرة

(أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا).

وبالعقل نفكر، ونهتدي، ونضيء، ونبصر الطريق.

فالعقل هو المتحكم في الجسد كالسائق في السيارة، والتفكير مثله مثل السكين. إذا كنت طبّاخ ماهر لن يجرحك نصل السكين أما إذا كنت طبّاح غير ماهر في إمساك السكين فسوف تجرح يدك.

كذلك الحال بالنسبة للتفكير إذا كنت مفكر ناجح تصل للهدف وتتحكم في التفكير، ولن يؤثر فليك إلا إيجابيًّا أما إذا سمحت للأفكار السلبية أن تسيطر عليك فلا تلوم إلا نفسك.

والأفكار نوعان: "إيجابي- سلبي".

إن جاءت لك الأفكار السلبية، قف للحظات، راوغها، وتسلل منها، واستبدل بها الإيجابي؛ لأن الأفكار هي من يخلق لك حالاتك الفسيولوجية، فالحالة الفسيولوجية هي مجموعة ملايين من الأفكار التي قمت بسقيها لتنبت وتقوي جذورها فتصبح تصورات ثم تنمو لتكون معتقدات راسخة ثم تتحول لسلوك *.

والسؤال الذي يطرح نفسه كيف أتخلص من التفكير السلبي؛ والإجابة تكون تخلص منه بنظرية قص الأوراق ثم نزع الجذور تخيل معي أن تلك الأفكار السلبية شجرة كبيرة ذات جذور قوية لتتخلص منها يجب أن تقص الأوراق ثم الفروع ثم تنزعها من الجذور، ولكن بعد نزعها من الجذور يتبقى فراغ في التربة فيجب أن يحل محله شيء مفيد فكرة أخرى تزرعها وتسقيها لتنمو وتحل محلها.

***

الخطوة الثالثة والعشرون

فقط تحكم في افكارك تصنع سعادتك.



22- محطات التعلم

لتتعلم شيئًا ما عليك أن تركب قطار التعلم ومن ثم تمر ب 5 محطات:

(1) عدم إدراكك أنك لا تعي.

(2) إدراكك بأنك لا تعي.

(3) محاولة لتتعلم ما لا تعي.

(4) المداومة لتتعلم ما لا تعي.

(5) الوصول والتعلم إلى ما كنت لا تعي لتعيه.

وخير مثال على ذلك قصة (موسى والخضر)..

يروي البخاري حديثًا فيما معناه أن سيدنا موسى قد خطب ذات يوم وقال:

إنه أعلم أهل الأرض، ثم ضرب الله له مثلًا وأوحى له بأن يذهب لعبد من عبادنا الصالحين (الخضر) ليتعلم منه، وأوحى له كذلك أنه مهما يصل من العلم فإنه سوف يكون كشربة ماء يرتوي بها عصفور، فذهب سيدنا موسى للخضر، هو بداية لم يكن يدرك أنه لا يعي، وتلك هي المحطة الأولى للتعلم فقال ما قال حتى أوحى له الله ليذهب للخضر، ثم أدرك أنه لا يعي فرغب في التعلم فذهب للخضر فقال:

(هَلْ أَتَّبِعُكَ عَلَىٰ أَن تُعَلِّمَنِ مِمَّا عُلِّمْتَ رُشْدًا).

فاشترط الخضر عددًا من الشروط الواجبة للتعلُّم، ومن هنا يدخل القطار المرحلة الثالثة محاولة تعلم ما لا تعي، فقال له:

(قَالَ إِنَّكَ لَن تَسْتَطِيعَ مَعِيَ صَبْرًا).

فقال موسى:

(سَتَجِدُنِي إِن شَاءَ اللَّهُ صَابِرًا).

*فالشرط الأول ← (الصبر).

فقال الخضر:

" فَلَا تَسْأَلْنِي عَن شَيْءٍ حَتَّىٰ أُحْدِثَ لَكَ مِنْهُ ذِكْرًا".

*والثاني ← التركيز وعدم السؤال إلا عند فتح باب النقاش.

*الثالث ← عدم التسرع في اتخاذ القرار.

﴿قَالَ أَخَرَقْتَهَا لِتُغْرِقَ أَهْلَهَا﴾.

وجدنا موسى يحلل فعل الخضر وخرقه للسفينة بأنه يريد أن يؤذي أهلها ..

﴿لَقَدْ جِئْتَ شَيْئًا إِمْرًا﴾.

فقال له الخضر:

﴿أَلَمْ أَقُلْ إِنَّكَ لَن تَسْتَطِيعَ مَعِيَ صَبْرًا﴾.

فقال موسى:

﴿لَا تُؤَاخِذْنِي بِمَا نَسِيتُ وَلَا تُرْهِقْنِي مِنْ أَمْرِي عُسْرًا﴾.

ويستمر في التعلم ليتعلم ما لا يعي وتلك هي المحطة الرابعة ومن بعدها المواصلة للتعلم حتى الوصول للغاية.

إذًا لنتعلم:

(1) لا تكون مدرك أنك لا تعي.

(2) تحاول ركوب الدراجة الهوائية، ولكنك تقع على الأرض وحينئذ تدرك بأنك لا تعي.

تحاول إدراك ما لا تعيه.

فتركب الدراجة وتقع وتقوم كثيرًا حتى تستطيع أن تزن نفسك على الدراجة فتتعلم ما لم تكن تعيه.



الخطوة الرابعة والعشرون

السعادة محطة إذا أردت الوصول إليها اصعد قطار التعلم تجد السعادة أثناء الرحلة عبر كل لحظة تتعلم فيها شيءٌ جديد..



23- الخوف

قال تعالى:

(لا تَخَافَا إِنّنِي مَعَكُمَا أَسْمَعُ وَأَرَى)

طه (46)

الخوف قنبلة نفسية فتاكة بقلب من تتسرب إليه، فعند الشعور بالخوف يتم التشويش على التفكير، يتوقف العقل عن مهامه، يحدث ارتباك فكري، عدم قدرة على التمييز، وفي هذا الوقت لن تقدم لنفسك أو لغيرك شيئًا مفيدًا.

فإن جاءك الخوف.. انظر له في عينيه، حدّثه أنك الأعلى.

(قُلنا لا تَخَفْ إنّك أنتَ الأَعْلَى)

وحذرنا المولى في كثير من المواضع في كتابه المحكم؛ لأنه يعلم إن نجح الخوف في تملُّك القلب فلن يبقى إلا فتات إنسان.. فلو كان معك والدك وأنت طفل صغير وتشاجرت مع أحد زملائك، وكان معك والدك هل تشعر بالخوف؟ إطلاقًا (لا).

فكيف الحال إن كان معك الله؟

ألم يكن الرسول وصاحبه في الغار، والظالمون أمامهم؟

وقال ربك:

(لَا تَخَافَا ۖ إِنَّنِي مَعَكُمَا أَسْمَعُ وَأَرَىٰ)

طه (46).

ومعنى هذا إن الله معك أينما كنت يسمع ويرى، فلا تخف. لأن لو الخوف تملك منك تصبح هشيمًا ..

والخوف عامة مهما تكن أسبابه فإنه يعود للماضي لأن الإنسان الخائف من الحياة ومواجهتها لن ينجح فيها،وستطغى عليه بكل قوتها.

فصورتك عن نفسك هي عبارة عن تراكمات تكونت عبر الزمن من خلال التجارب مع (البيئة – المجتمع – العائلة – الأصدقاء).

ففشلك في التجربة في الماضي يمنعك من العودة إليها في الحاضر.. قلقًا من المستقبل .. تخشى التجربة.. فكل ما عليك أن تمعن النظر في قوله تعالى:

(لَا تَخَافَا ۖ إِنَّنِي مَعَكُمَا أَسْمَعُ وَأَرَىٰ)

طه (46)

وتحرر من الماضي، وكرّر التجربة، وتوقّع الأفضل..

(فليس كل سقوط نهاية، فسقوط المطر أجمل بداية).

غاندي

فخذ على نفسك عهدًا أنك لست صورتك التي كونتها عن نفسك.. أو كوّنها عنك الآخرون،وتأكّد أنك لن تستطيع تغيير معاملة الناس لك، ولكنك تستطيع التحكم في رد فعلك تجاههم.

فخذ على نفسك عهدًا بأنك لن تسمح لأحد بالتأثير السلبي عليك .. فأنت من أفضل المخلوقات على وجه الأرض.

(لَقَدْ خَلَقْنَا الْإنسان فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ)

التين.

***



الخطوة الخامسة والعشرون

ولو في يوم منعك خوفك من أنك تنجح.. اعرف أنـك لابـد تتحـرّر منه، فقط كن واثقًا أنك أفضل مخلوق خلقه الله، وأن سقوطك البارحـة ما هو إلا تجربة جاءت لتُعلّمك، وليست لتقضي عليك.



24- الرزق

يُروى أنه كان هناك رجل في أيام العيد ويرى الناس كلها تأكل لحمًا إلا هو يأكل فولًا، وبعدما ذهب للبيت وجد زوجته تُلقي عليه السلام فرد عليها السلام وهو في وجهه غلظة، فما كان منها إلا أن حضرت له الطعام (الفول)، ولكنه رفض أن يأكل..فقال لها:

- فول؟ كل يوم فول؟

فأخذ ينظر من شرفة شقته.. ليجد رجلًا يبحث في قمامته ليأكل قشر الفول الذي يُلقيه بعد طعامه فقال:

- رضيتُ يا رب.. رضيت يا رب.

ومن هناك هيا بنا نجول بخاطرنا في رحلة ممتعة لنتعرف عن الرزق ما هو؟!

الرزق يا صديقي هو عبارة عن معادلة كيميائية تتكون من عناصر " صحة – مال – أولاد "، وغيرها نتساوى في المعادلة ونختلف باختلاف نسبة العناصر الداخلية

أ ← شخص معادلته الرزقية نتاجها 100%

ب ← شخص معادلته الرزقية نتاجها 100%

ولكنهما يختلفان في نسبة العناصر الداخلية.

أ ← 10%صحة، 5% مال، 30% علم.

ب ← 5% صحة، 20 %مال،1% علم.

وهذا هو قانون الرزق.. فالرزق ليس مالًا فقط كما يظن البعض.. فقد تكون ذا دخل مالي بسيط ولكنك ذو علم قوي، وقد يكون علمك بسيطًا، ولكن نسبة الذكاء أكبر.

وكلنا متساويون في رزقنا، ولكن تختلف نسبة الأرزاق وتقسيمها، قد تكون أكثر مني مالًا وأولادًا، وقد أكون أكثر منك علمًا ومعرفة، واعلم كما يقول الشعراوي:

" إن لم تعرف عنوان رزقك؛ فرزقك يعرف عنوانك ".

ولا تخشَ من ضيق الرزق؛ لأن الله يقول في حديثه القدسي:

" وخزائني ملآنة "

(وَلِلَّهِ خَزَائِنُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ)

المنافقون (7)

والحكمة في اختلاف تقسيمة الأرزاق:

(إِنَّ رَبَّكَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَن يَشَاءُ وَيَقْدِرُ ۚ إِنَّهُ كَانَ بِعِبَادِهِ خَبِيرًا بَصِيرًا)

الإسراء (30)

يعلم الله عباده ويعلم أنه لو بسط لهم الرزق لبغوا في الأرض:

(وَلَوْ بَسَطَ اللَّهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهِ لَبَغَوْا فِي الْأَرْضِ وَلَٰكِن يُنَزِّلُ بِقَدَرٍ مَا يَشَاءُ ۚ إِنَّهُ بِعِبَادِهِ خَبِيرٌ بَصِيرٌ)

وهكذا تعرفنا إلى الرزق وكيف يحسب البعض أن الرزق هو المال أو هو الشيء الذي ينقصك، وهذا لأنه لم ينظر لما لديه بل نظر لما ينقصه كصاحبنا (صاحب الفول).

من ثم أدركنا أن الرزق بيد الله، فلا سبيل للقلق من البشر وعلمنا أيضًا الحكمة من تنزيل الرزق بقدر حتى لا يبغي العباد في الأرض.

ومن رحمة ربنا سبحانه وتعالى أن لكل من يطأ الأرض بقدمه رزقًا له يأتي له بعد (السعي) إليه:

(وَكَأَيِّن مِّن دَابَّةٍ لَّا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ ۚ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ).

فلننظر كيف تأكل الأسماك مع حدوث المد والجزر، تخرج المياه في المد خارج الشاطئ وتخرج معها قواقع تتعرض للشمس فتتفتت ومع الجزر ترجع المياه حاملة طعام السمك ..

*ولكن هل الرزق يأتي للسمك ويطرق بابها دون سعي منها؟

الإجابة: لا، فالسعي مطلوب، والسمك لا يجلس في قاع البحر بل يبحث في عملية دقيقة جدًا ووقت حدوث المد والجزر يكون بالقرب من سطح الماء يا صديقي. كذلك الحال بالنسبة لنا نحن البشر، فرزقنا لن يأتي لباب بيتنا وإنما علينا (السعي)

(هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذَلُولًا فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ ۖ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ)

الملك (15)

ويضرب لنا الله المثل في مواضع كثيرة في القرآن الكريم.

حتى وقت ميلاد سيدنا عيسى في عز ألم السيدة مريم قال له:

(وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ)

طلب منها السعي حتى يتساقط الرطب والثمار لتأكل مع أن القدرة لله سبحانه وتعالى ولكنه يدلنا على السعي.

#اسعَ_في_طلب_ الرزق.

الخطوة السادسة والعشرون

أحيانًا تفتقد السعادة لانك تُعلّق سعادتك على ما في يد غيرِك، ولا تنظر إلى ما في يدك أنت من رزق فالرزق معادلة كلنا متساوون في مجموعها،مختلفون في نسبة توزيع عناصرها الداخلية..

اقتنع بما لديك، وركّز على ما في يـدِك تكـن الـسعادة حليـف لك.



25- الابتلاء

لتنال الشهادة الجامعية عليك أن تدرس مدة لا تقل عن أربعة أعوام، وأثناء تلك الفترة تمر باختبارات لتنتقل من سنة للأخرى. كذلك الحياة الدنيا محطة لمحطة أخرى، ولتلك المحطة طريقان لتمر على الذي بعدها وبناء على اختيارك أحد الطريقين يتم تأهيلك للذي يليها.

فالدنيا هي محطة للاختيار.. يمر عليها كل من علـــى الكـــرة الأرضية، وتكون لديه كامل القدرة على ذلك الاختبار، وأقول إن يكون لديه كامل القدرة واعيًا بما أقوله؛ لأنك لو تعمـــل في شركة ما ووُكل إليك مهمة ما من أحد رؤسائك .. فيختـــارك وفق إمكاناتك ومؤهلاتك، أما بالنسبة للحياة الدنيا فمالك الملك هو من يختارك لمهمتك ويوكلها إليك:

(لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا ۚ) الطلاق

(لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ) البقرة

والاختبار يكون (المنع والعطاء)، والخير والشر والحسنات والسيئات، والعلة هي الرجوع.

فالابتلاء: (إِنَّا جَعَلْنَا مَا عَلَى الْأَرْضِ زِينَةً لَهَا لِنَبْلُوَهُمْ أَيُّهُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا) الكهف (7).

*الخير والشر: (وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً ۖ وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ).

كذلك الابتلاء في المنع والعطاء:

(فَأَمَّا الْإِنسان إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ) الفجر (15).

*إذا ما ابتلاه ربه،

*فأكرمه ونعمه،

*أي أن الإكرام والعطاء ← ابتلاء.

(وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ) الفجر (16)

*وفي المنع كذلك ابتلاء.

*والعجيب أن الإنسان يظن أن المنع منع، وأن العطاء إكرام، فيرد عليهم ربهم بــ(كلا) وهي أداة نفي رادعة.

ومن هنا تأتي الحكمة الرئيسية للمصائب والابتلاء.. الرجوع:

(وَلَنُذِيقَنَّهُمْ مِنَ الْعَذَابِ الأَدْنَى دُونَ الْعَذَابِ الأَكْبَرِ لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ)

#لعلهم يرجعون

الابتلاء منبه يحثُّك على الرجوع، فلترجع واصنع من اليأس بابًا بمفتاح، فاليأس باب تحسبه مغلقًا من شدة اليأس، ولكن فيه المفتاح (الرجوع).

اليأس ــــ ال ← الله. ــــس ← سر. ــــا ← إلى.

سِر إلى الله.

#لعلهم يرجعون.

فلا تنظر للمنع كمنع والعطاء كعطاء، بل تعامل معه بكل مرونة وتأكد أن:

النصر مع الصبر.

الفرج مع الكرب.

وأن مع العسر يسر.

ولا تنظر لما يحدث لك كآخر الحياة، فلولا وجـــود عكـــس المعنى لما كان للمعنى معنى، ولولا وجود اليسر لما كان للعـــسر معنى، ولولا وجود الحزن لما كان للفرح معنى.

***

26- التكليف

لو كانت هناك عملية حساسة في شركتك فالأكيد أن رئيسك سوف يختار شخصًا ذا كفاءة عالية ليتولى تلك المهمة، أليس كذلك؟

كذلك فإن كل موقف تمر عليه في حياتك فهو قدرك، وعلى قدر إمكاناتك،وطاقتك وقوتك لأن الذي اختارك، وكلفّك به هو الله سبحانه وتعالى..

فلا تقل:

- إنك لن تستطيع التحمل، وأنك لن تستطيع الوصول..

بل تستطيع الوصول وتستطيع العمل:

(لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا ۚ)

الطلاق (7).

(لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ)

قالت السيدة مريم:

(يَا لَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَٰذَا وَكُنتُ نَسْيًا مَّنسِيًّا فَنَادَاهَا مِن تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا)

مريم (**24**).

فهي لم تكن تعرف ما سيؤول له الأمر وظنت أنها النهاية، ولم تكن تدري أنها بداية، كذلك الحال معنا كلنا نمر بالضيق ونمر بالسوء وغيرها، لكن نحن على قدرنا، وهو على قدرنا.

تفاءل ولا تحزن وأثبت وجودك.

***

الخطوة السابعة والعشرون

اختارك الله لمهمتك، وقد كلّفك بها، وقد أعطاك الله من الإمكانيات، والأدوات التي يجعل تلك المهمة قد فُصلّت على مقاسك.. إيمانك بذلك خُطوة من خطوات الوصول للسعادة.



28- السعي

عندما كان سيدنا موسى أمامه البحر ووراءه فرعون وجنوده لم يُفلق له البحر هكذا إنما أوحى إلى موسى:

(أَنِ اضْرِب بِّعَصَاكَ الْبَحْرَ)

لينشق البحر مع وجود الإمكانية لله على أن يشقه دون ضرب موسى، ولكن يضرب الله المثل في إشارة خفية (للسعي) وعدم التوكل، وعندما كانت السيدة (مريم) تلد سيدنا (عيسى) لتأكل وتقر عينيها أوحى الله له:

(وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ).

يؤكد لنا أهمية السعي حتى وهي تلد يشير لنا الله بأهمية السعي في أماكن كثيرة بإشارات خفية تُفهم من خلال المواقف.

***



الخطوة الثامنة والعشرون

السعي.. هي بدايات الحركة التي تتحركها في سبيل تحقيق شيء ما، فقط بداية الحركة التي ستُفاجأ بعدها بتحقيق ما كُنت ترجوه فترسم على شفاهك إبتسامة بالدنيا بأسرها.

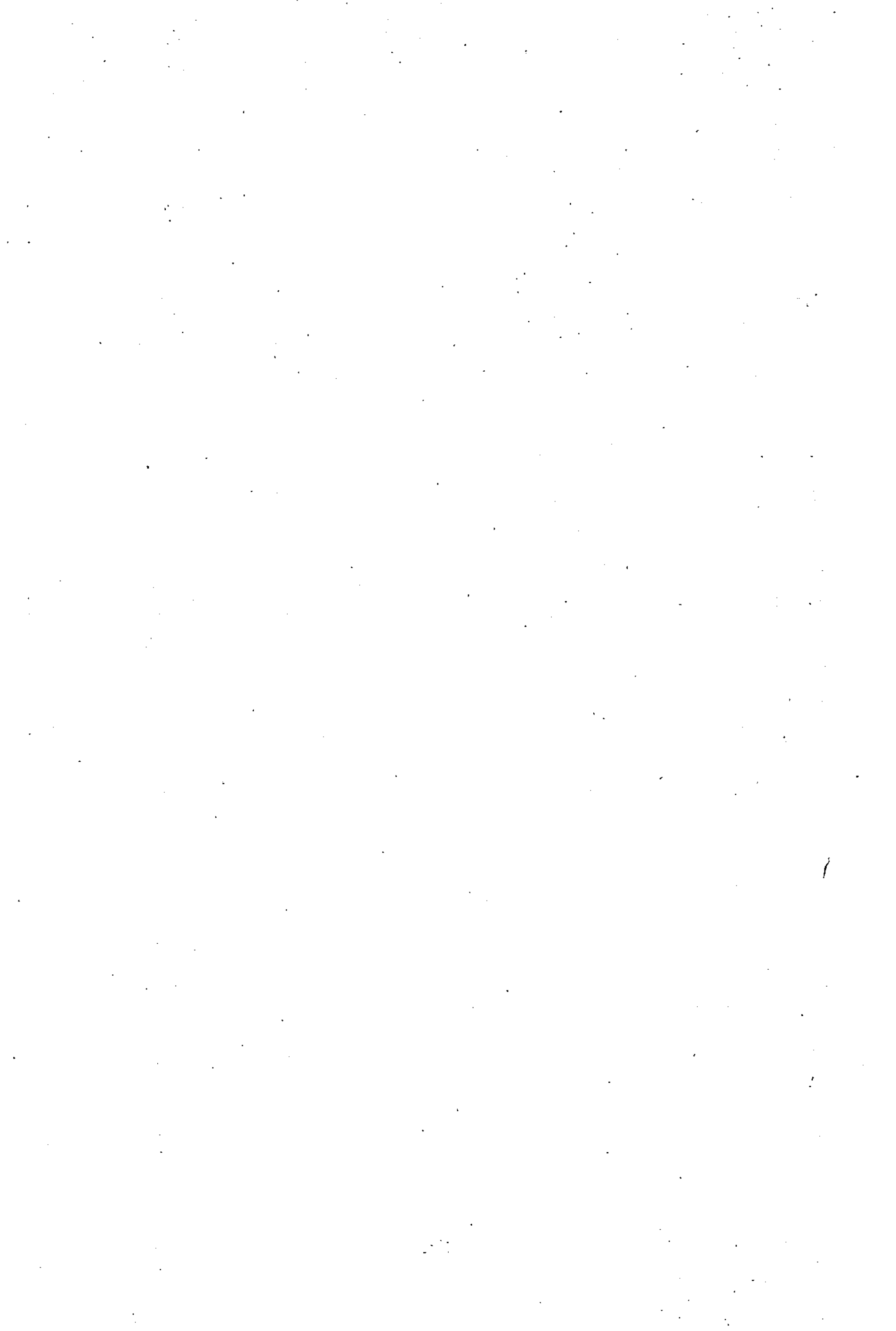


29- المداومة

لا تتفتّت الصخرة من سقوط القطرة عليها من مرة واحدة إنما تتساقط القطرات مرات عديدة حتى تنجح في تفتيت الصخرة.

فللمداومة أثر يا صديقي؛ لذلك خذ بالك من العادة التي تتكرر بزيادة، وأي سلوك داومتَ عليه يصبح عادة دون دراية، وللتخلُّص منه عليك بالمداومة دون ملل للتخلص،كذلك في اكتساب أي سلوك يجب المداومة عليه.

***



الخطوة التاسعة والعشرون

هي المداومة.. للمداومة أثر يا صديقي، فقط داوم على طرق باب الحياة تفتح لك الحياة أبوابها على مصراعيها.. فقطرة الماء ما كانت لتفتّت الصخرة إلا بالمداومة.



30- التمني، والنية

شتان بين التمني، والنية.. فالتمني قيود تُفرض على متمنيها، والنية هي السبيل للحصول على ما نتمنى ..

عندما تريد شيئًا فإنك تتمناه، والتمني دائرة تحبس فيها أحلامك، ولتحقيق تلك الأحلام عليك بكسر حاجز التمني، والخروج من الدائرة، وتبدأ بالحركة،وتتخذ الخطوات المناسبة لذلك الحلم، وتقيّم الخطوات، وتُحدث التعديلات. ولكن قبلًا انوِ أنك ستحقق أحلامك.

ولكل إمريء (ما نوى) وهنا دائرة النية، أما دائرة التمني، وما نيل المطالب بالتمني، ولكن تؤخذ الدنيا غلابًا.

***



الخطوة الثلاثون

الحلمُ قابل للتحقيق إذا كان ضمن دائـرة النيـة.. أمـا إذا كـان ضـمن دائـرة التمني.. فلا يكن قابل للتحقيق، ومانيل المطالب بالتمني.

31- التوقُّع

" كل ما تتوقعه فهو آتٍ فتوقع ما تتمناه "

علي بن أبي طالب

في الحقيقة عقلك يعمل كالمغناطيس، وهذا المغناطيس يجذب أفكارًا، ولكن أي الأفكار يجذبها.. فهو يجذب الأفكار التي تفكر بها سواء كانت سلبية أو إيجابية فهو يجذبها ..

(راقب أفكارك لأنها سوف تصبح أفعالًا).

يجذب دون تمييز.. يجذب ما تتوقعه.. لأن ما تتوقعه أنت فكرت به سابقًا..فلا تملك نفسك، ولا تملك عقلك..في التفكير السلبي فكر في الإيجابي.. لتجذب الإيجابي.. توقع ما تتمناه.. ليتحقق.. لأن كل ما تتوقعه آتٍ لا محالة.. فلماذا تتوقع السيئ؟ توقع ما تتمناه.

***



الخطوة الواحدة والثلاثون

التوقع.. كل ما تتوقعه فهو آت.. فتوقّع ما تتمناه..

توقع السعادة تأتيك السعادة، توقع الحُب يأتيك الحب.

فقط توقع ما تتمناه.. مادام ما تتوقع آت لا محالة..



32- الحركة

ذكر بيدبا الهندي في كتابه كليلة، ودمنة في باب ذكر الأسد والثور.. في حوار دار بين دمنة وكليلة أنه كان هناك (3) سمكات، الاولى أكثر كياسة، والثانية كيسة، والثالثة عاجزة.

وكان هناك غدير يمتليء بالأسماك فرآه صيادان فقررا العودة لصيد ما به من أسماك، فسمع هذا الحوار الأسماك الثلاث فقررت الأكثر كياسة بأن تعبر الغدير للبحر حتى تهرب منها، والثانية قررت المكوث ولم تتحرك إلا وقت يجيء الصيادان فسدا لها مكان الخروج، فأمسكاها، فحاولت الهرب وتحقق لها، ولكن الحظ هنا لعب لعبته فهي من الأساس تحركت متأخرة.. فلو تحركت منذ البداية لما كانت تحملت كل هذه الأعباء والمشقة، والثالثة لم تتحرك فنصبوا لها كمينًا وأمسكوها.

ونحن البشر كمثل هؤلاء السمكات الثلاث نتمنى، ونحلم ونطلب ومنا من يتحرك لمواجهة الطريق لينال ما تمناه، ومنا من يتحرك مؤخرًا ويكون نسبة نجاحه ضعيفة، ومنا من لا يتحرك أملًا أن يأتي له حلمه ويفرد جناحيه مبتسمًا،وهذا لا ينجح ولا يحقق ما يصبوا إليه مطلقًا.. فتحركوا.. مخططين.. محاولين الوصول.

***

الخطوة الثانية والثلاثون

الحركة.. تقدم لخطوة في طريقك نحو حلمك، خطوة، ولو كانت صغيرة لو تحركتها تجد الكون كله في ظهرك يساعدك..



استراتيجيات

صناعة الذات الداخلية



قانون المُحاورة

بداية يجب أن تعلم أن العقل الباطن مثله مثل الطفل الصغير.. يضف كل ما يقال له ليست لديه قدرة على التمييز بين الشيء الحقيقي، والشيء غير الحقيقي، ومن هنا تستطيع أن تتحكم فيه وأن تحاوره وتخبره بكل ما تريد أن تحققه بصورة مستمرة حتى يصبح حقيقة.

" كل ما يضاف بعد الأنا يصبح حقيقة في عقولنا ".

حاور ذاتك بكل ما تحب، وكل ما تريد تحقيقه ليتحقق.

***



الخطوة الرابعة والثلاثون

حاور ذاتك.. إذا أردت أن تكون سعيدًا قُل لنفسِك أنا سعيد يُصدّقك عقلك الباطن، وتظهر سعادتك في أحاسيسك، ومشاعرك ثم تصرفاتك.. حاور نفسك بما تحب.. يكن كما لو كان حقيقة..

التحرّر

غالبًا الصورة التي تكوّنت في ذهنك عن نفسك، وإمكاناتك، وقُدراتك أثّر فيها الماضي بشكل كبير، فهي عبارة عن تراكمات من التجارب الماضية (الأسرة – المجتمع – الأصدقاء)، لذلك عليك بالتحرّر من تلك التجارب القديمة؛ لأنك إذا لم تتحرّر يصيبك:

الخوف من الحاضر، والقلق من المستقبل.

ومن ثم فلن تكون لديك القدرة على تقديم شيء لك أو لأحد غيرك، فكل ما عليك أن:

– تحرَّر من الماضي ..

– توقع ما تتمناه ..

– تأكد أنك ستحقق ما تتمناه ..

- عِشْ بالأمل ..

- تفاءل بالخير ..

***

الخطوة الخامسة والثلاثون

التحرر.. إذا أردت السعادة بشدة كل ما عليك هو التحرر من صورتك التي ترسمها لنفسك، واعلم جيدًا أنك أفضل مخلوق على وجه الأرض، ومن حقك أن تعيش سعيدًا.



الفشل

" إن الطريق لا يخلو من الحصى "

مثل روماني

***

يذكر المؤرخون أن " توماس أديسون " قد فشل حوالي 99 مرة ثم كانت النتيجة الإيجابية، وهي النجاح.. أليس الفشل بشيء سلبي؟

إذًا إذا تكرر مرتين يكون سلبيًّا أيضًا.

من المعروف أن السالب بعد السالب يكون موجبًا، إذًا إذا تكرر الفشل مرتين يأتي بعده النجاح لا محالة.

فالطفل يا صديقي لولا تعثره وقيامه بعد التعثر لما كان تعلم المشي.. إذًا الفشل بداية النجاح.

***



الخطوة السادسة والثلاثون

الفشل .. افشل، وحتمًا ستنجح يومًا ما فقط إن استمريت في المحاولة، ولولا تذوقّك للفشل لما استطعت التمييز بينه، وبين مذاق النجاح..



تغيير النظرة

غيّر نظرتك للفشل تتغيّر تصوراتك، ومن ثم تتغيّر أحاسيسك، ومعتقداتك ثم أفعالك.

انظر للفشل على أساس أنه تجربة قد مررت بها لتتعلم من خلالها.. شَيئًا جديدًا.

والخبر السعيد أنك مهما تمر بتجارب فاشلة ستنجح مع المداومة على التعلم،والتأقلم لأنك تُعدِل سلوكك على حسب الموقف.

ويذكر الدكتور (أريل شيل):

" أن الذات الإنسانية متغيرة تتأقلم مع كل موقف" .

وها هو (لينكولن) قائد الولايات المتحدة الأمريكية في الحرب الأهلية، وفي بداية الأمر فشل محاميًا وجنديًّا، لكنه صمّم على النجاح وغيَّر نظرته للفشل فكان النجاح حليفًا له.



الخطوة السابعة والثلاثون

غير نظرتك تتغير معتقداتك ومن ثم تتغير حياتك..



المذاكرة

ذاكر الواقع قبل أن تتمرد عليه

يقول بيدبا في كليلة و دمنة ←:

" كان هناك رجل قد سلك مغارة وفي أثناء سيره وجد مجموعة من السباع، فبدأ يبحث عن مكان يختبئ فيه فلم يجد سوى الماء، ولم يكن يُجيد السباحة، فكاد يغرق لولا أبصره أهل المنطقة فأنقذوه، ثم قرَّر الرحيل، فرأى بيتًا على جانب الوادي فقرر أن يستريح فيه قليلًا وعندما دخله وجد فيه مجموعة من اللصوص يريدون قتل أحد التجار فخاف وهرب، فأسندَ ظهره إلى حائط فسقط عليه الحائط فمات.

هذا الرجل لم يكن يُجيد السباحة فقفز في النهر ثم أراد أن يستريح فدخل بيتًا دون أن يتقصى عنه فوجد لصوصًا، ومن ثم هرب منهم، وأسند ظهره على حائط كان منهارًا فسقط عليه فهو لم يذاكر واقعه جيدًا، بل كان يسير سيرًا عشوائيًّا.. طائشًا لاغيًا مهمة العقل".

(أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا)

كثيرًا منا يُلغي مهام العقل، ويمضي دون أن يخطط لما فيه، ولكن ما الجدوى من هذا سوى مقابلة المخاطر.

ذاكر الواقع جيدًا قبل التمرد.

***

الخطوة الثامنة والثلاثون

ذاكر الواقع جيدًا قبل أن تتمرّد عليه.

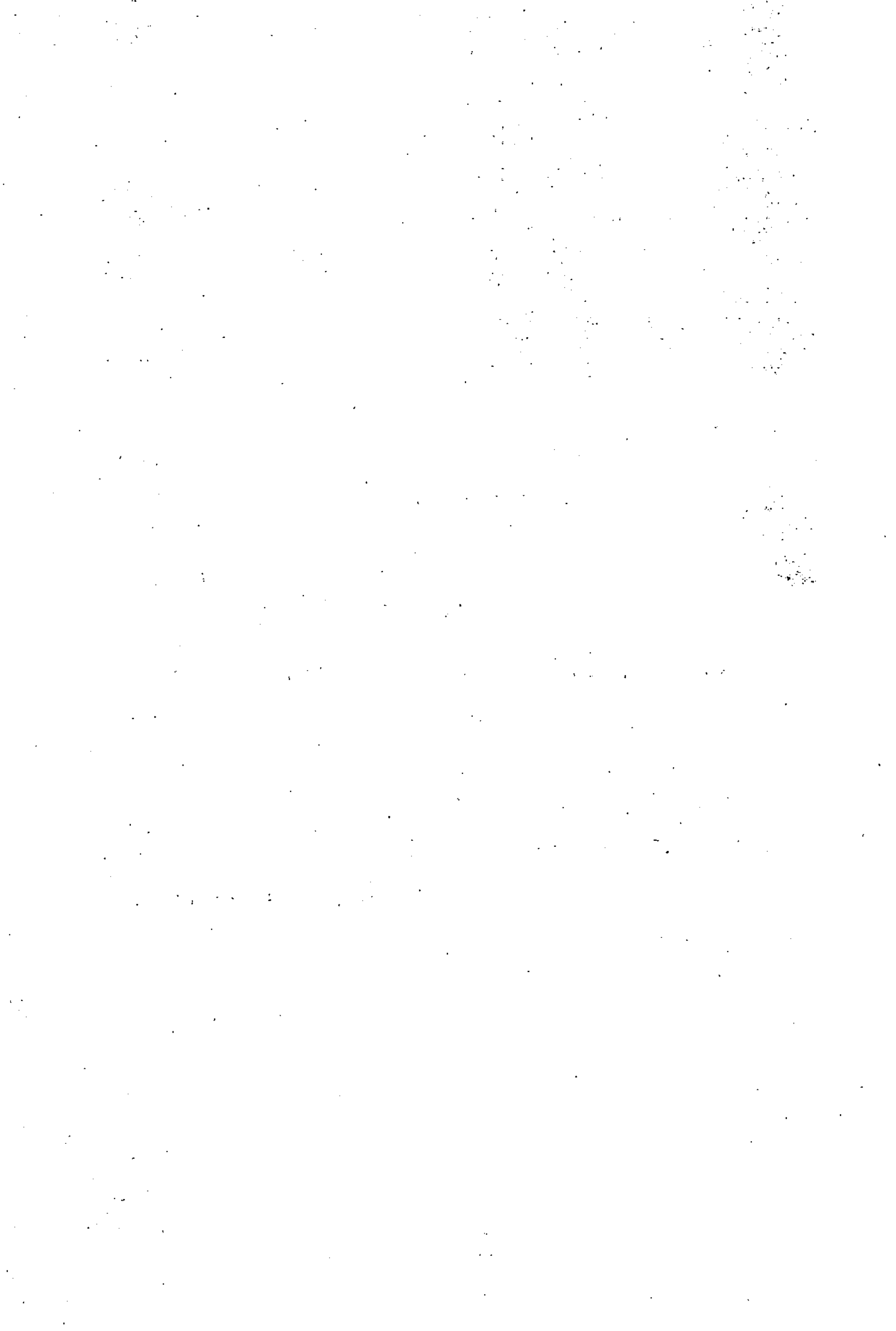
القيم والمبادىء

هل لديك قيم، ومباديء تعيش من أجلها؟

أما من السهل أن يُرسي الآخرون مبادئهم على شاطيء أفكارك؟ أفتنقاد لميولهم، وآراءهم حتى وإن كنت ترفضها؟

لذلك اجعل لديك قيمًا، ومباديء تعيش من أجلها، ولكن اجعلها مرنة تقبل التغيير لو قابلت غيرها، وكان صحيحًا، ولا تسمح لأحد بإرساء وجهة نظره على شاطئ أفكارك.

***



الخطوة التاسعة والثلاثون

اجعل لنفسك مجموعة من القيم التي تجعل لحياتك معنى، ولا تسمح لأحد أن يرسو على شاطيء أفكارك.



الذكرى الطيبة

عندما تحاول السلبية التسرب إليك وتحاول الدخول إليك من باب سوء الأحوال محاولة إغلاق مقلتي عينيك.. تذكر الذكرى الحلوة .. هي اللحظات التي إن جاءت بخاطرك زينت وجهك بابتسامة جميلة فيصدقها العقل الباطن فهو ليست لديه القدرة على التمييز بين الحقيقي وغير الحقيقي فتمدك بطاقة إيجابية كبيرة فضلًا عن أنها صدقة تتصدق بها مع من يراها فيبتسم ضاحكًا مثلك ..

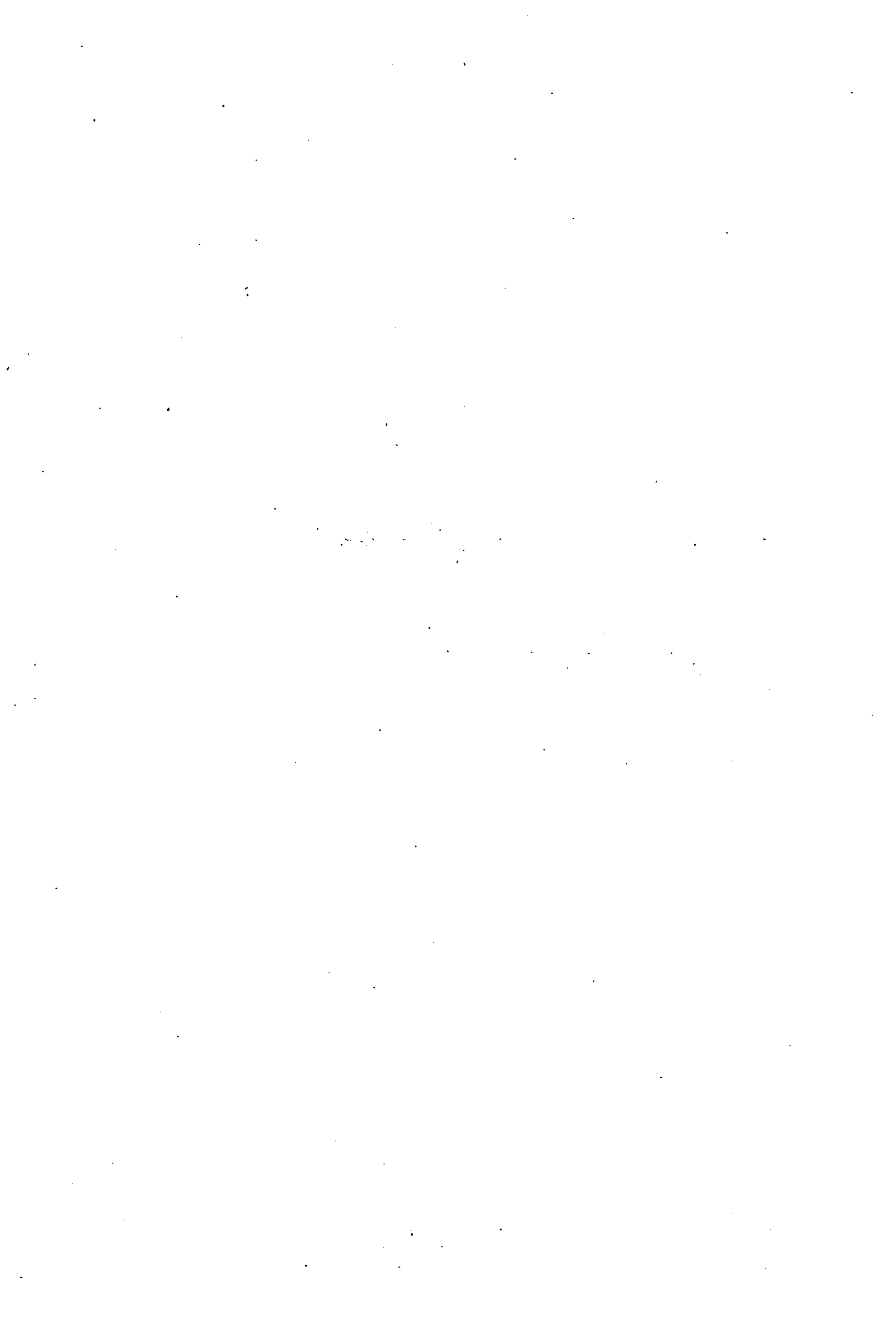
كلما ضاقت عليك الحياة بما رحبت تذكر ما يدخل السرور إلى قلبك، فسبحان من جعل الابتسامة عبادة تؤجر عليها ومصدرًا من مصادر الطاقة الإيجابية.

***



الخطوة الأربعون

كلما تضيق عليك الحياة بما رحبت تذكر ما يدخل السرور علي قلبك..



قص الفروع والنزع من الجذور

حتى تنجح في تبديل الأفكار السلبية بأخرى إيجابية عليك بقص الفروع ثم نزع الجذور ..

ذكر الدكتور إبراهيم الفقي/ قصة في كتاب الثقة والاعتزاز بالنفس .. يقول: إنه كان هناك شجرة كبيرة يريد صاحبها التخلص منها فجاء المتخصصون في هذا العمل فما كان منهم إلا قص الأوراق ثم قص الفروع ثم قطع وتقسيم الساق ثم النزع من الجذور.

لم ينزعوها من الجذور جملة واحدة، ولكن بدؤوا بخطوة بسيطة وهي قص الأوراق ثم أكبر منها قص الفروع ثم الأكبر.

فالتخلص من الفكرة السلبية والعادة السيئة يتطلب تدرجًا في الخطوات والبدء ولو بخطوة بسيطة والمداومة على الفعل حتى تنجح في التخلص مما تريد.

***



الوفرة، والجشع

قال تعالى:

" وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا "

يذكر الكاتب الكبير توفيق الحكيم في كتابه (أرني الله) قصة لطيفة تسمى دولة العصافير..

حيث يُحكى أنه كان هناك عصفور صغير يقول لأبيه:

– ألسنا نحن يا أبي أفضل المخلوقات؟

فقال الأب:

– هذا شرف لا ينبغي لنا أن ندعيه. فهنالك من يزعم لنفسه هذا الحق.

فقال الطفل:

– من؟

فقال الأب:

– إنه الإنسان.

***

ولكن هناك شوكة في جانبه لا تجعله يشعر بالسعادة، وهي الجشع.. لا تجعله يرتاح ولا يهنأ ولا يهدأ.

فنحن في دولة العصافير نأكل، ونشبع، ونعمل لنُرزق، وهو لا يعمل، ويريد أن يُرزق.

فأومأ العصفور الصغير برأسه فعلم الأب أنه لا يفهم، فقال:

– عندما يأتي إنسان سأثبت لك.

فجاء رجل.. فناداه ابنه فقال الأب:

– سوف أقع في يد الرجل وأُريك ما هو الجشع.

فقال الصغير:

– ولكني أخاف عليك.

فقال الأب:

– لا تخف، أعلم كيف أهرب منه.

فوقع الأب في يد الرجل.

فسأله العصفور:

– ماذا تريد مني؟

فقال:

– أريد أن أذبحك ثم أتغذى بك.

فقال:

– أنا عصفور ضعيف لن أُشبعك، اتركني فأدلك على من هو أكثر فائدة مني.

فقال: ما هو؟

قال: ثلاث حكم تُغنيك عن كل شيء، ولكن بشرط:

الأولى أخبرك بها وأنا في يدك.

الثانية أخبرك بها عندما تطلق سراحي.

الثالثة أخبرك بها عندما أصير على الشجرة.

فوافق الرجل ، فقال العصفور

الأولى : لا تتحسر على ما فاتك.

– والثانية؟

-- قال العصفور: أطلقني حسب الشرط.

فأطلق سراحه.

فقال العصفور:

--لا تصدق ما لا يمكن أن يكون.

ثم طار للشجرة، وقال:

-- لو كنت ذبحتني لكنت حصلت مني على جوهرتين وزن كل منها عشرون مثقالًا.

فتضايق الرجل، وتحسّر، وقال:

-- هات الحكمة الثالثة:

فقال له العصفور:

– لقد أعماك جشعك، ولم تعمل بالأولى، والثانية فكيف أخبرك بالثالثة؟ ألم أقل لك: لا تتحسر على ما فاتك ولا تصدق كل ما يقال لك؟ أنا وزني لا يزن عشرين مثقالًا فكيف يكون بداخلي جوهرتان وزن كل منهما عشرون مثقالًا؟

ومن هنا عمي الإنسان بسبب جشعه فخسر كل شيء ونسيَ قانون الوفرة.

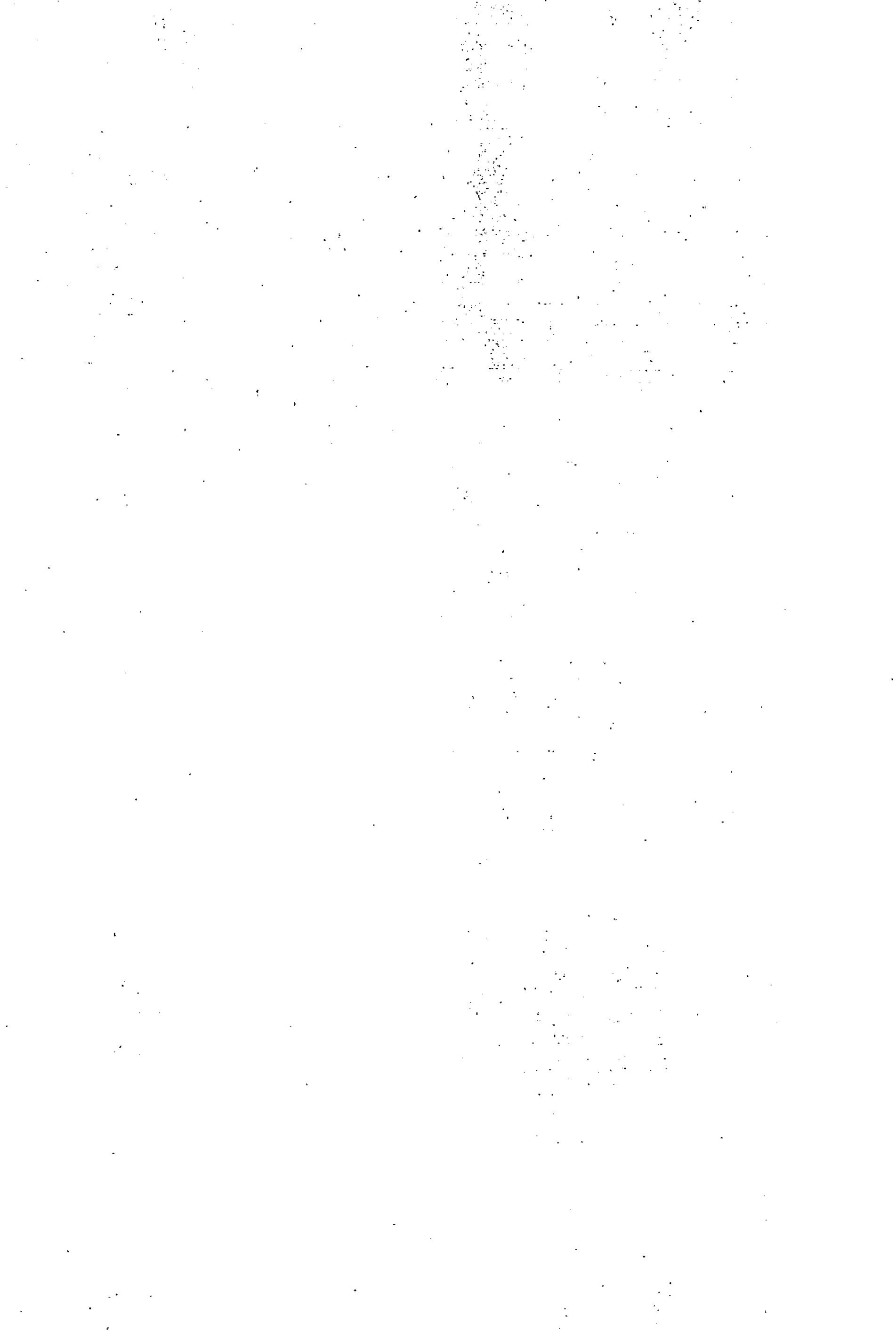
كثير منا يعلق سعادته على ما ينقصه وينسى ما لديه من نعم، فيا صديقي نعم الله لا تُعد ولا تُحصى:

[لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ]

[فَخُذْ مَا آتَيْتُكَ وَكُن مِّنَ الشَّاكِرِينَ]

علّق سعادتك على ما لديك من نعم، واشكر ربنا عليها، فوالله كلنا متساوون في الرزق،ولكننا مختلفون في نسب توزيعه كما ذكرت في حديثي عن معادلة الرزق.

***



قوانين التغيير

(1) العادة:

خذ بالك من العادة التي تتكرر بزيادة؛ لأنها تلازمك طوال حياتك، لا تتركك، تصبح جزءاً منك، وللتخلُّص منها يلزم التدرب على استراتيجيات عديدة، ويكون لها الوقت نفسه الذي اكتسبت فيه للتخلص منها واستبدال غيرها بها.

***

(2) الملاحظة:

يجب أن تدرك ما السلوك أو العادة الذي قد تكررت بزيادة وهي بالفعل سيئة ويجب أن تتخلص منها، والملاحظة ليست مجرد عملية عينية إنما هي حسية تجريبية بمعنى، اجلب ورقة وقلمًا وسجل فيها كل عاداتك اليومية: الإيجابي منها والسلبي، وحدد أولوياتك في التخلص

منها، وأذكر ما يعود عليك من ضرر، واربطها بالألم لأن كل شيء تربطه بألم يكون لديك رغبة للتخلُّص منه.

***

(3) القرار:

هي أن تقرر أنك سوف تتخلص منها نهائيًّا، ويجب ألا يكون القرار مجرد أمنية بل يجب أن تعقد النية لتتخلص منها.

وما نيل المطالب بالتمني .. ولكن تؤخذ الدنيا غلابًا

مهما تتمنَّ فلن تحقق إلا عندما تتحرر من دائرة التمني كما ذكرت سابقًا، وبعد التحرر ادخل برجلك دائرة النية، وكما قال الرسول (ص): ولكل امرئ (ما نوى).

***

(4) التعلم:

ابدأ بتعلُّم تقنيات جديدة، طوِّر من ذاتك، ابحث في سير السابقين وانظر كيف كانوا يحققون آمالهم وكيف نجحوا في أسوأ الظروف، وكيف تخلصوا من عاداتهم السيئة.

فالعقل مثله مثل جهاز الكمبيوتر يوجد فيه فايلات، لكل ما اعتاده سابقًا، ولكي تزيل ملفًّا يجب أن تستبدل غيره به حتى لا يحدث خلل وتواظب على العمل عليه للمدة نفسها.

***

(5) الممارسة:

استمر في ممارسة الخطوات الفعالة التي يكون لها بالغ الأثر لتحقق هدفك.

***

(6) الإنجاز:

وبعد الانتظام والمداومة يظهر الأثر وهو الإنجاز أي الوصول للمهمة المحددة.

***



استراتيجيات تحقيق الأهداف

(1) وجود هدف من الأساس:

يمضي الكثير منا في تلك الحياة دون هدف،دون حلم، دون رغبة يريد أن يحققها، ساعيًا فقط ليكسب لقمة عيشه تلك التي تُعينه على الحياة فقط، ويكون كالثور الذي يلف في الساقية لن يتحرك خطوة إلى الأمام.. حياته تظل كما هي دون حراك، ولكن أين الهدف.. الهدف الذي من أجله يتغير الإنسان، يطور في نفسه في ذاته.. يتعلم.. يخطط.. يتأقلم مع ظروفه..يجب أن يكون كلٌ منا هدف يسعى لتحقيقه.. هدف مكتوب.. ينظر إليه كلما ضاقت عليه الحياة.. حتى يعاود السير محققًا إياه.

***

(2) تحديد الهدف بدقة:

ومن ثم بعد أن يوجد أهداف لديك يجب أن تُحدِّد الأولوية من تلك الأهداف التي تريد تحقيقها قبل الأخرى.

لو نظرت لرقم الهاتف الخاص بك تراه رقمًا متناسقًا مرتب حسب أولوية معينة، فلو وضعت رقمًا قبل الآخر ليس في موضعه تراه رقمًا غير المراد الوصول إليه..

أليس كذلك؟ فنحن لدينا أمنيات وأهداف عديدة، ولكن أيها يجب تحقيقه قبل الآخر؟ فكل إنسان غير الآخر فعليك كما كان لينكولن الذي قاد الولايات المتحدة الأمريكية بتقسيم صفحة أهدافك (أهداف عاجلة جدًّا – عاجلة – ليس الآن)، ومن هنا يتضح لك أيها أسبق من الآخر لتمضي ساعيًا في تحقيقه.

يذكر الدكتور إبراهيم الفقي قصة في غاية الروعة في كتابه "سيطر على حياتك":

كان هناك عمارة من ناطحات السحاب تتكون من 40 طابقًا، وفيها بعض أعمال الصيانة، وجاء المختصون بالصيانة وعندما وصلوا للعنوان المحدد وجدوا أن المصعد معطل والعطل في الطابق الأربعين، فلم يكن أمامهم سوى الصعود على أقدامهم وبعد جهد مُضنٍ وصلوا وقال أحدهم للآخر لديَّ خبران " سعيد – حزين ".

فقال:

– الخبر السعيد هو أننا وصلنا للطابق الأربعين، والخبر الآخر هو أننا صعدنا المبنى الخاطئ.

حتى لا تقع في مثل ما وقعوا فيه، حدد هدفك بدقة قبل شروع البدء فيه.

***

(3) الرغبة المشتعلة:

هي تلك الرغبة التي تحرك الإنسان ليواجه ما في الطريــق مــن عقبات، وهي إما تساعده على التغلب عليها أو تسخير تلك العقبات مساعدًا له.

تلك هي الوقود الخفية التي تعيد توجيه الإنسان لهدفه كلما ضاق الطريق ولتحقق هدفك عليك بتكوين رغبة مشتعلة تُحرِّكك وتمدك وتكفيك بكل ما تحتاجه في سبيل الوصول للهدف، وبعد أن تتكوَّن الرغبة المشتعلة يأتي السؤال الذي يطرح نفسه بـ (متى – كيف – بماذا).

– متى أحقق هذا الهدف؟

وهنا يجب عليك أن تحدد موعدًا للبدء فيه ثم موعد محدد للانتهاء مع المرونة الوقفية تحسبًا لأي تغيرات وظروف قد تحدث.

-كيف أُحقق هذا الهدف؟

وهنا يجب عليك بأن تبحث وتقرأ وتتعلم كل ما يساعدك على المضي قدمًا.

-بماذا ← أدواتك التي تساعدك على المضي قُدُمًا تسلح بها ولا تدع صغيرة ولا كبيرة إلا وتكون قد عملت حسابها.

***

(4) تخيل الهدف:

يُحكى أحد الرياضيين المسئولين أنه كان يعطي وقتًا وجهدًا كبيرًا للتخيل، فكان يتخيل أنه يحرز أهدافًا وبالفعل كان ينجح في ذلك.

وكما كان "محمد الفاتح" يقضي وقتًا كبيرًا للتخيل حيث كان مربيه شمس الدين يقصُّ عليه أنه سوف يكون ملك القسطنطينية وأنه هو الذي سوف يفتحها وتحوَّل الموضوع إلى حقيقة، حيث صدَّقه العقل الباطن ودخل في المشاعر والأحاسيس وأصبح سلوكًا.

لذلك اقضِ وقتًا كبيرًا في التخيل وأنت تتحرك وتحقق هدفك.

***

(5) الالتزام

التزم بكل ما سوف تواجهه، وتحمَّل مسئولية كل فعل تقوم به في المُضي نحو تحقيق الهدف حتى تصل للإنجاز وتُحقق ما تسعى نحوه.

***

خاتمة

السعادة معادلة حياتية كالمعادلة الكيميائية تقريبًا في أنها تتكون من عناصر مختلفة، لكل عنصر نسبة محددة، لا يمكن أن تزيد أو تقل حتى يكون الناتج في النهاية السعادة، وتلك العناصر حثنا عليها المولى سبحانه وتعالى في القران الكريم في إشارات خفية أو إشارات ظاهرة:

{مَّا فَرَّطْنَا فِي الكِتَابِ مِن شيء}.

وجميعًا نبحث عن السعادة، نحضر المحاضرات، ونقرأ المؤلفات بحثًا عن هذا المطلب.. آملين في الوصول للنتيجة.. ولكن مهما تكن براعة الكاتب فإنه يغفل عن بعض الجوانب المهمة، ونجد الكاتب، يقول:

أخشى أني قصرتُ في ذلك الكتاب في كذا وكذا، لكن الله سبحانه وتعالى – ولله المثل الأعلى– يقول في بداية كتابه:

(ألم (1) ذَلِكَ الْكِتَابُ لا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِلْمُتَّقِينَ).

ومن هنا نغفل أن العلاج الوحيد المتبقي هو:

(طه (1) مَا أَنْزَلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لِتَشْقَى) ..

فيا من يبحث عن السعادة اجعل السعادة عــادة .. بمطالعتــك لكتاب الله، ففيه كل شيء.. فيه العلاج، وفيه الدواء، وفيه الحياة.. في سلامة الله.

***

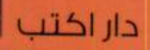
الفهرس

البحث عن السعادة

40 طريقة للوصول إلى السعادة

السعادة.. هي ما نسعى إليه جميعًا، راغبين في تحقيقها مهما يكن الأمر شاقًا، نسعى للوصول إليها، نقرأ كثيرًا من المؤلّفات بحثًا عن هذا المعنى الذي يجعل السكينة تتدفق إلى القلب كجريان الماء في الجدول.. نلتحق بالعديد من الدورات بحثًا عن هذا السر الجميل راغبين في تحقيقه، ولكن هل بالفعل نصل للسعادة المطلوبة؟ منا من يصل إلى مسعاه ومنا من يتعثر في العقبات فلا يُكمل طريقه وصولًا للسعادة، ومنا من لا يكل ولا يمل مجتهدًا مُجدًا في الوصول لتلك المحطة، وحتى نصل لتلك المحطة بسلام يجب أن نمر بما قبلها من محطات، ويجب أن نتفاعل مع هذا الكون العجيب وهذا الكون العجيب يسير وفق قوانين كونية قد حثنا عليها المولى في كثر من آيات الذكر الحكيم بإشارات واضحة.. أو إشارات خفية من خلال قصص القرآن الكريم، ومن تلك القوانين (الصبر، الرضا، العلم، التوكل، العطاء) وغيرها من القوانين التي يجب أن نتعرف إليها، ومن ثم نتفاعل معها لنصل إلى مسعانا، وفي أثناء رحلتنا عبر هذا الكتاب سوف نتعرف إلى تلك القوانين الكونية..





دار اكتب للنشر والتوزيع

12 ش عبد الهادي الطحان من ش الشيخ منصور المرج الغربية – القاهرة – مصر

E-mail : daroktob1@yahoo.com

01111947957